

INSTRUCCIONES PARA EL ALTA DEL PACIENTE DESPUÉS DE UNA

CIRUGÍA COLORECTAL

DIETA

- ✓ Coma alimentos que se puedan digerir fácilmente. NO ingiera alimentos que le produzcan gas, o que le cause estreñimiento (como el brócoli, quesos, granos) durante los primeros 7 días después de la cirugía.
- ✓ Beba mucho líquido.
- ✓ Quizás tenga menos apetito de lo habitual. Coma cuando tenga hambre. ¡No se fuerce a comer! Preocúpese de tomar líquidos. Es importante que se mantenga hidratado.

ACTIVIDAD

- ✓ NO beba alcohol, conduzca un vehículo o maneje maquinaria pesada durante 24 horas después de la cirugía o mientras esté tomando medicamentos para el dolor.
- ✓ NO levante objetos pesados (no más de un galón de leche) durante 6 semanas después de la cirugía.
- ✓ Puede hacer actividades leves (p. ej., caminar, trabajo de oficina, subir escaleras, etc.) apenas sienta que ya puede. Puede tener actividad sexual en cuanto se sienta capaz.
- ✓ Tal vez sienta cansancio durante varias semanas después de la cirugía. Tome una siesta cuando se sienta cansado. Pero NO se quede en cama todo el día. Asegúrese de caminar un poco cada dos horas.
- ✓ NO maneje un automóvil hasta que haya dejado de tomar la medicación para el dolor y pueda entrar y salir cómodamente del automóvil.

MANEJO DEL DOLOR

Le daremos una receta de un medicamento narcótico suave para el dolor. No está obligado a tomarlo. Si lo toma, por favor no maneje vehículos ni beba alcohol ya que combinados con el medicamento pueden causar somnolencia. En cambio, puede tomar Tylenol (acetaminofeno) o Advil (ibuprofeno), según sea necesario.

MEDICAMENTOS

- ✓ A menos que se indique lo contrario, usted podrá volver a tomar sus medicamentos.
- ✓ Comience a tomar el psyllium (Metamucil) para suavizar las heces. La dosis usual es de 2 cucharadas. Puede comenzar con 1 cucharada y luego incrementar a 2. Asegúrese de beber

mucho líquido. Usted podrá evacuar sus intestinos dentro de los 2 días. **NO** tome laxantes para apresurar la evacuación de los intestinos.

- ✓ Si le recetaron antibióticos, tómelos hasta terminarlos.

CUIDADO DE LA INCISIÓN

- ✓ Es normal que alrededor de la incisión aparezca cierto morado (magulladura) e hinchazón.
- ✓ Todos los días limpie delicadamente el área alrededor de la incisión usando agua y jabón neutro.
- ✓ Cambie el vendaje todos los días para mantener la incisión limpia y seca.
- ✓ La secreción de líquido de la herida(s) disminuirá a medida que ésta sane. Una vez que esté cerrada por completo y no presente más secreciones, usted ya no necesitará colocar más vendaje.
- ✓ Usted PUEDE ducharse, pero no se sumerja en tinas o en saunas durante 2-3 semanas después de la cirugía.

CUÁNDO LLAMAR A SU MÉDICO

- ✓ Si aumenta el dolor a lo largo de varios días, en forma persistente.
- ✓ Si la herida está más roja o más hinchada.
- ✓ Si la secreción de la herida aumenta repentinamente, especialmente si es turbia o tiene mal olor.
- ✓ Si tiene fiebre más alta de 101 °F.
- ✓ Si tiene vómitos o diarrea persistentes.

SEGUIMIENTO

- ✓ Por favor, llame el primer día laborable después del alta para programar una cita de seguimiento.
- ✓ En caso de emergencia, llame al consultorio de su médico. Si está cerrado, llame a la operadora del hospital al **(617) 726-2000** y pida que avisen a su cirujano o al cirujano de guardia.