

INSTRUCCIONES PARA EL ALTA DEL PACIENTE DESPUÉS DE UNA

CIRUGÍA ABIERTA DE LA HERNIA

DIETA

- ✓ Puede reanudar su dieta regular, a menos que se indique lo contrario.
- ✓ Coma muchos alimentos con fibra, para que le ayude contra el estreñimiento.
- ✓ 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.
- ✓ Puede manejar un automóvil después que no tenga dolor y después que haya dejado de tomar los medicamentos narcóticos.
- ✓ Puede realizar cualquier tipo de actividades. Al principio, el dolor que sienta le definirá ciertos límites. Puede tener actividad sexual en cuanto se sienta capaz.
- ✓ Trate de levantarse y caminar por los alrededores lo más que pueda. El caminar ayuda a estirar los músculos y alivia el dolor.

MANEJO DEL DOLOR

Colocar compresas frías en la zona de la ingle puede ayudar con el alivio del dolor y la hinchazón.

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.
- ✓ Si está estreñido, el mejor remedio es el psyllium (Metamucil). Siga las instrucciones del envase. O puede tomar una onza de leche de magnesio.
- ✓ Si le recetaron antibióticos, tómelos hasta terminarlos.

CUIDADO DE LA INCISIÓN

- ✓ Su incisión puede que esté cubierta con un apósito semipermeable (Tegaderm). No lo quite por 2 ó 3 días.
- ✓ Es normal que debajo del apósito se acumule sangre o líquido.
- ✓ Después que se quite el apósito, no desprenda las “steri-strips” (pequeñas tiras de cinta adhesiva). Estas tiritas se desprenderán por sí solas. Si después de 10 días no se desprendieron, se las puede sacar usted mismo.
- ✓ Puede ducharse, pero quítese el apósito si el agua de la ducha penetra dentro del apósito.

PROBLEMAS MAS USUALES

- ✓ Es normal que presente hinchazón o una magulladura (moretón) alrededor de la incisión. Para los pacientes masculinos tengan cierta hinchazón alrededor del testículo del mismo lado en que se presentó la hernia. También habrá cierta magulladura e hinchazón en el escroto y el pene. Colocar una compresa fría le ayudará.

CUÁNDO LLAMAR A SU MÉDICO

- ✓ Si tiene fiebre más alta de 101 °F.
- ✓ Si tiene mucha hinchazón o sangrado.
- ✓ Si la secreción de la herida aumenta repentinamente, especialmente si es turbia o tiene mal olor.
- ✓ 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.