

## INFORMACIÓN IMPORTANTE

**Hemos preparado esta información para su Seguridad. Contamos con su colaboración mientras acude a nuestros servicios médicos.**

## RECOMENDACIONES GENERALES PARA PACIENTES POST-QUIRÚRGICOS

Te deseamos una pronta recuperación; y para tratar de que así sea, te entregamos una serie de recomendaciones generales. Recuerda que siempre podrás contactar al médico para cualquier duda que puedas tener al respecto.

### • Prevención de tromboembolismos:

Algunos pacientes, después de ciertas cirugías, tienen indicación de anti-coagulantes durante un tiempo para evitar la formación de coágulos que puedan taponar la circulación sanguínea. Por lo general son inyecciones de heparina, que pueden estar bajo el nombre comercial CLEXANE. Ten cuidado, la ASPIRINA, aunque no sea usado para ello, también es un anticoagulante.

Es importante que sigas cuidadosamente las horas de administración prescritas y trates de evitar actividades que supongan un riesgo físico asociado a cortes, ya que los anticoagulantes evitan que las heridas se cierren de forma natural.

Así mismo, si tienes fiebre, acude a nosotros para confirmar o descartar de que se trate de un dengue, que contraindica el uso de anticoagulantes, ya que el virus concentra las plaquetas.

### • Úlceras por presión:

Se da en pocos casos, cuando el paciente egresado requiere cierta inmovilización de forma prolongada. Se da con el peso del propio cuerpo en zonas en las que hay presencia de hueso cerca de la piel: talones, cadera, omoplatos. Para evitar las úlceras hay una serie de acciones combinadas: una buena alimentación con proteínas, un colchón anti-escaras, estimular la actividad y el movimiento sin lesionar al paciente, inspeccionar la piel de forma sistemática y mantenerla limpia y sin humedad, mantener la ropa y la cama limpia, seca y sin arrugas. También, utilizar agua tibia y jabón neutro en la higiene diaria, realizando un secado de la piel meticuloso, pero sin fricción y lubricando la piel con ácidos grasos hiperoxigenados.

### • Riesgos de caída en casa:

Ten en cuenta que en ocasiones, una cirugía puede limitar ciertos movimientos, circunstancia que puede verse agravada con algunos medicamentos que pueden producir mareos o somnolencia. Es por eso que te aconsejamos que si tienes que estar un tiempo con esas limitaciones, trates de buscar ayuda en personas próximas que puedan ayudarte cuando precisas desplazamientos cortos al baño o cualquier otra parte de la casa. Es bueno, además, poder tener lo más imprescindible a mano (agua, un teléfono, el control del TV). Busca obstáculos o cables que pudieran hacerte tropezar y hazte con unos buenos equipos de apoyo para desplazarte. Unas buenas muletas y unas zapatillas antideslizantes son una buena opción para evitar caerte.

### • Lavado de manos; el cuidado de la herida quirúrgica en tu casa:

Durante el ingreso, tu médico y enfermera te darán instrucciones para el cuidado de tu herida. Coméntales cualquier duda que tengas, tanto del cuidado de tu herida, como de tu tratamiento, y sírvete de esta guía como soporte a sus indicaciones:

## MANTENER LAS HERIDAS QUIRÚRGICAS EN PERFECTO ESTADO ES CLAVE PARA UNA CICATRIZACIÓN CORRECTA, PARA REDUCIR COMPLICACIONES Y PARA LOGRAR UN MENOR IMPACTO ESTÉTICO A LARGO PLAZO.

### Estas recomendaciones estándar te ayudarán a conseguirlo:

- Lávate muy bien tus manos con agua y jabón antes y después de curar la herida. Tras la ducha seca la herida con una toalla de algodón suave, aplicando pequeños toques sin realizar arrastre violento sobre ellas.

- Retira el esparadrapo o apósito que la cubre, evita tirar fuerte si está adherido, humidécelo con agua y jabón durante tu baño o con suero fisiológico y retíralo en la misma dirección de la cicatriz, sujetando ligeramente la piel con la otra mano.

- Observa las características de tu herida. Limpia con suero fisiológico con movimientos suaves y sin frotar. Seca, aplica antiséptico (clorhexidina preferiblemente) y déjala descubierta o cúbreala con apósitos o gasas estériles según la indicación de tu cirujano.



- Evita el uso de apósitos excesivamente oclusivos y deja las heridas al aire el mayor tiempo posible. En zonas de roce, contacto con la ropa, de presión con asientos, con la cama etc. Protege la herida con apósitos ligeros. Cambia los apósitos siempre que detectes que estos están húmedos.
- En determinados tipos de cirugía, debido su peculiaridad o complejidad (injertos, cirugía plástica, heridas en mucosas) recibirás instrucciones específicas de tu médico o enfermera, para su cuidado.
- Aplica protección solar con efecto pantalla total durante los primeros meses siempre que vaya a estar expuesta al sol, incluso si lleva algún tipo de prenda ligera que pueda permitir el paso de los rayos UV.
- Lleva una alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con aporte de proteínas adecuado. Toma los medicamentos según indicación médica. En caso de dolor toma los analgésicos prescritos por tu médico.

## CONSULTA CON TU MÉDICO ANTE LA APARICIÓN DE:

- Separación de los bordes de la herida o pérdida de la sutura.
- Hemorragia activa que no cede con presión moderada de la zona.
- Inflamación excesiva.
- Fiebre mayor de 38 grados centígrados.
- Signos de infección como:
  - Aumento del calor, dolor excesivo, aumento de la dureza en la zona, secreción purulenta, fiebre.
  - Problemas de circulación
  - Coloración blanquecina-violácea, frialdad, pérdida de sensibilidad excesiva



## Recuerda no aplicar pomadas no recomendadas por tu doctor o enfermera.

El cirujano fijará la próxima cita para el retiro de los puntos si fuera necesario retirarlos. Ante cualquier duda no dudes en contactarnos al 809-552-1506 ó acudir a nuestra Emergencia, que labora las 24 horas, los 7 días de la semana.

Durante los días siguientes a la cirugía, nuestra enfermera de vigilancia epidemiológica te estará contactando para saber cómo evoluciona la herida. Ella te podrá orientar para cualquier duda adicional que tengas.

Para obtener información actualizada sobre la importancia de tu seguridad, puedes acceder a nuestra página web [www.centromedicopuntacana.com/seguridad/](http://www.centromedicopuntacana.com/seguridad/) o en nuestro código QR:

