



## **COLON AND RECTAL CENTER OF ARIZONA**

Adrienne Forstner-Barthell, M.D. 18275 N 59<sup>th</sup> Ave Suite 146 Glendale, AZ 85308 (602) 993-2622 (602) 993-2922 fax

[www.crcaz.com](http://www.crcaz.com)

*A member of Arizona Associated Surgeons*

---

***Para mejores resultados siga estas recomendaciones para su recuperacion despues de su cirugia.***

### **Instrucciones pos- operatoria:**

1. Cuando regrese a su casa despues de su cirugia le sugerimos que consuma liquidos o comidas livianas y sopas, gelatinas, etc.) para que no tenga nausea. Concentrese en tomar muchos liquidos para evitar desidratacion-su apetito se mejorara dia a dia.
2. Mantenga la venda que fue colocada en la herida durante su cirugia en su lugar por 4 a 6 horas. Esto ayudara a reducir la inflamacion. Despues de este tiempo, quite la venda. Puede resumir dieta regular entre 12 a 24 horas.
3. Posiblemente tendra una pequena cantidad de sangrado y/o desague. ESTO ES NORMAL. Puede tener un minimo sangrado por los primeros 3 meses despues del procedimiento. Raramente, si la venda esta saturada con sangre coloque una toalla femenina delgada o se coloca un paquete de salchichas congeladas o chicharos congelados por treinta minutos. Re-examine el area para ver la cantidad de sangre. Si es mas de un vaso de sangre cuajada de su recto, llame a la oficina. Si no puede comunicarse con cualquiera de nosotros, valla a la sala de emergencia mas cercana.
4. Si la venda esta seca o solo hay pocas manchas de sangre, puede empezar a tomarse banos de asientos con agua caliente cada 1-2 horas por 10-15 minutos. (La unica venda o cubierto que debe de usar entre banos es una toalla femenina pequena o gasa esteril). Esto disminuira el dolor. Si tiene poco o nada de dolor, tome un bano solo despues de las evacuaciones intestinales para mantener el area limpia. No exceda este tiempo o usted aumentara el riesgo de infeccion.
5. Si no tiene problemas con el rinon o cualquier tipo de аллергия, le habran recetado el medicamento llamado Toradol, puede tomarselo oralmente o inspirarlo. Debe tomar una pastilla cada 6-8 horas como se le ha recetado hasta que termine la medicina. Le habran dado un total de 12-20 pastillas. Estas son para el dolor y para lo hinchado- aunque no tenga dolor, siga tomando la medicina haste que la termine, para tratar lo hinchado. Puede que recibas un inhalador, sigue las instrucciones. En cuanto termines este medicamento, puedes tomar 2 Aleve dos veces al dia, para ayudar controlar tu dolor y inflamacion.
6. Si sigue teniendo dolor, tome 1-2 tabletas del medicamento recetado para el dolor cada 4-6 horas. Tome las primeras tabletas porque la anesthesia local se le pasara luego. NO espere a que su dolor sea muy severo para tomarlas tabletas. Es mejor tomar las tabletas con comida. NO tome bebidas con alcohol ni maneje mientras esta tomando este medicamento.
7. Si su dolor no se ha controlado con estos medicamentos, puede usar la crema recetada (lidocaine 2%) jelly. La crema puede ser aplicada al rededor de su ano o cerca de la herida la puede poner 4-6 veces al dia empezando el dia de la siugia.
8. Si el dolor aumenta y tiene fiebre, escalofrio, o sudor llame ala officinal.



## **COLON AND RECTAL CENTER OF ARIZONA**

Adrienne Forstner-Barthell, M.D. 18275 N 59<sup>th</sup> Ave Suite 146 Glendale, AZ 85308 (602) 993-2622 (602) 993-2922 fax

[www.crcaz.com](http://www.crcaz.com)

*A member of Arizona Associated Surgeons*

---

9. Es importante que orine esa noche de su cirugía, no espere a que su vejiga este completamente llena. Si no puede orinar normalmente, trate de sentarse en la tina para orinar. Banos no afectaran la herida. NO trate de sobre hidratarse para poder orinar, tome liquidos normalmente. Si no logra orinar aunque se meta a la tina de baño o cualquier metodo en 6-7 horas despues de su cirugía, debera ir a la sala de emergencia mas cercana para que le pongan una sonda. Es raro que esto pase, dejenos saber si le pasa a usted.

### **Dia despues de la Cirugia:**

1. Coma una dieta regular segun com ousted lo tolere, coma mucha avena y trigo, frutas frescas y vegetales. Para muchas personas, productos de leche como queso etc, pueden constiparlo/a. Evite esas cosas los primeros dias.

2. Tome banos calientes despues de cada vez que haga del baño de 10-15 minutos a la vez. Esto ayuda con el dolor. Puede tomar banos de asiento de 5-6 veces al dia. Paquetes congelados por no mas de 5 minutos por hora ayudara.

3. Evite constipacion y diarrea. Debera aver ido al baño dentro de 48-72 horas despues de su cirugía.

a. Tome la fibra –citrucel, metamucil, o algo equivalente diariamente. Tome mucha agua. Para mas informacion sobre fibra, vea nuestra pagina de internet.

b. Ciruelas secas o jugo de ciruela le puede servir como laxante, junto con la fibra.

c. Tome colace 200-300 mg al dia. Si aun no ha hecho del baño en 2-3 dias, tome senokot o miralax, siga las instrucciones del paquete.

d. Si su desecho esta muy duro, agregue 2-4 capsulas diariamente de flax seed oil, disponibles en (cvs/Walgreens, etc) y tome mucha agua.

e. Si aun no ha hecho del baño y han pasado 3 dias, use un fleet enema y llame ala oficina para hablar con un asistente medico. Pongale jelly en la punta del enema para que sea menos doloroso. Tambien puedes usar senokot o miralax, si esto no tiene resultado habla a tu medico.

f. Si tiene diarrea, pare de tomar colace/flax seed oil y coma alimentos con mas fibra. Si dejà que la diarrea continue ay un riesgo alto de infeccion que podria tardar semanas para aliviar.

g. Aplicar el licocaine jelly antes de ir al baño para que disminuya el dolor.

h. Tener tu primer movimiento al baño en baño de agua caliente. Esto te ayudara que sientas mas comodo y menos dolor.

### **Instrucciones Generales:**



## COLON AND RECTAL CENTER OF ARIZONA

Adrienne Forstner-Barthell, M.D. 18275 N 59<sup>th</sup> Ave Suite 146 Glendale, AZ 85308 (602) 993-2622 (602) 993-2922 fax

[www.crcaz.com](http://www.crcaz.com)

*A member of Arizona Associated Surgeons*

---

1. No maneje si esta tomando la medicina recetada para el dolor despues de su cirugia. NO maneje si se siente debil.
2. NUNCA tome alcohol y medicina ala misma vez.
3. Excepto el medicamento recetado, todas las otras medicinas mencionadas anteriormente ( Metamucil, Citrucel, senekot, miralax, colace, fleet enema, y fibra) las puede encontrar en su farmacia mas cercana.
4. Evite levantar cosas pesadas y hacer fuerza por las proximas una a dos semanas. Mientras tanto es importante que se mantenga activo/a para paa que pueda ir al bano normalmente. Si quiere nadar, tendra que ser alberca personal.
5. El area anal se supple de muchas venas de sangre, y por ese motivo corre el riesgo de sangrar despues de su cirugia. Este riesgo puede durar hasta 10 dias despues de su operacion. Le recomendamos no viajar por este momento y evitar sentarse por largo tiempo.

### **Otras Opciones:**

- 1.No se talle, solo palmadas para limpiar o ponerse crema.
2. La injeccion local le durara de 3-6 horas.
3. Le habran puesto unas gasas con gel de espuma dentro de su ano para poner pression y disminuir el sangrado. Cuando pase esto parecera como un cuagulo.
4. En cuanto llegue a casa, coma y tome su medicamento, dese un banos de asiento en la tina, use solo agua tibia no menos de 4 veces al dia.
5. Haga del bano por primera vez dentro de la tina si es nessesario.
6. Mantenga el area del ano limpio y seco, Si es neccesario use una secadora para que sece completamente.
7. Los primeros 2 dias despues de la sirugia tome el medicamento tal y como se le reseto.
8. Evite narcoticos si es possible (Vicodin, Percocet, Codeine) tome Tylenol para dolor menor y use el lidocaine jelly.
9. Si necesita relleno en la medicinal llame a la oficina (602) 993-2622 de lunes a viernes entre 8am-5pm
10. Si tiene dificultad para orinar, sientese en la tina con agua caliente, y hechese agua tibia en las palmas de su mano. Si aun no logra orinar llame a la oficina.



## **COLON AND RECTAL CENTER OF ARIZONA**

Adrienne Forstner-Barthell, M.D. 18275 N 59<sup>th</sup> Ave Suite 146 Glendale, AZ 85308 (602) 993-2622 (602) 993-2922 fax

[www.crcaz.com](http://www.crcaz.com)

*A member of Arizona Associated Surgeons*

---

11. Desecho con sangre es normal en las primeras 2 semanas o 3 meses. Use almohadillas.
12. Tendra hinchason en la piel al rededor del area que le operaron. Algunas personas piensan que son hemorroides, pero no lo son y el problema se resuelve en varias semanas.
13. Recuerde-despues de la sirugia debe de comer comida alta en fibra, incluya avena, fruta y vegetales. NO piense que tiene que tomar solo liquidos. Su cuerpo continuara a producir desecho, solo que sera diarreha. Diarreha y desecho Delgado produce espasmo. Debe de comer normal, para hacer del bano normal.
14. Tome muchos jugos y liquidos, por lo menos 6-8 vasos de liquidos al dia.
15. Colace ayuda a ablandar su escremento mientras esta tomando el medicamento. Puede parar el colace cuando aiga terminado completamente la medicina. Si tiene diarreha, pare de tomar el colace y use Imodium si es nessesario.
16. Su ausencia en su trabajo sera determinado segun com ousted se sienta y que tan severa fue la cirugia. Usted podra regresar a su trabajo dentro de 1-3 semanas, despues de que la doctora le aiga examinado, y le daremos una nota para que lleve al trabajo.
17. Llame al numero mencionado arriba para hacer su cita de 2 semanas.
18. Si terminas con el medicamento toradol y todavia tienes dolor, puedes tomar 2 pastillas de aleve dos veces al dia. No tomar toradol con aleve al mismo tiempo esto podria causarte sangramiento.

Copyright Colon and Rectal Center of Arizona 2009