

## Instrucciones Post-Operatoria

Para mejores resultados siga estas recomendaciones para su recuperación después de su cirugía.

1. Cuando regrese a su casa después de su cirugía le sugerimos que consuma líquidos o comidas livianas (sopas, gelatinas, etc.) para que no tenga náusea. Reanudar una dieta regular dentro de las 6 horas- una dieta líquida provocará estreñimiento, ya que no tiene fibra.

2. Mantenga el vendaje que fue colocada en la herida durante su cirugía en su lugar por 4 a 6 horas. Esto ayudara a reducir la inflamación. Después de este tiempo, quite el vendaje. Por lo general, el momento de retirarlo está en la documentación que le entregó el hospital / centro quirúrgico.

3. Posiblemente tendrá una pequeña cantidad de sangrado y/o desague.

**ESTO ES NORMAL.** Puede experimentar sangrado hasta por 3 meses

después del procedimiento. Raramente, si el vendaje está saturado con sangre coloque una toalla femenina delgada o se coloca un paquete de salchichas congeladas o chicharos congelados. Volver a examinar el área para ver la cantidad de sangre. Si es más 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 más cercana.

4. Si el vendaje esta seca o solo hay pocas manchas de sangre, puede empezar a tomarse baños de asientos con agua caliente cada 1-2 horas por 10 minutos. (La única venda o cubierto que debe de usar entre baños es una toalla femenina pequeña o gasa estéril). Esto disminuirá el dolor. No remoje más de 10 minutos o más de 5 veces al día, ya que puede remover su piel. Si tiene poco o nada de dolor, tome un baño solo después de las evacuaciones intestinales para mantener el area limpia. No exceda este tiempo o usted aumentara el riesgo de infección. Si usted piensa que todavía su carne se mira viva todavía, hable a nuestra oficina y usar Crema de Desitin o A & D que se puede encontrar en el pasillo de bebés en la tienda. **NO USE NINGÚN PRODUCTO DE PREPARACIÓN H O TOALLITAS DESPUÉS DE LA CIRUGÍA.**

5. Para la mayoría de los procedimientos que excluyen las reparaciones de fístulas, lo más probable es que se le haya recetado una crema especial que solo se puede recoger en una farmacia de compuestos (Potter's House Apothecary 21753 N 77th Ave #1500 Peoria, AZ 85382 623-362-9322). Su cirujano discutió esto con usted en el preoperatorio. Muchos seguros no pagan por esta crema y, como es un compuesto especial, no hay sustituto para ella. Si su seguro no lo cubre, la autorización previa no es una opción. Esta crema se recomienda después de la cirugía para mayor comodidad, pero no es un requisito para la curación si no puede pagarla, aunque da un gran beneficio para el dolor y la prevención de infecciones. Nuevamente, no hay reemplazo de venta libre u otro medicamento recetado si es demasiado costoso.

6. Si no tiene problemas con el riñón o cualquier tipo de alergias, le han recetado un medicamento llamado Toradol. Debe tomar una pastilla cada 6 horas como se le ha recetado hasta que termine la medicina. Le han dado un total de 12-20 pastillas. Estas son para el dolor y para prevenir lo hinchado- aunque no tenga dolor, siga tomándolas según las indicaciones para tratar la hinchazón hasta que todo desaparezca. Si ha terminado con esto, puede tomar 2 Aleve 1-2 veces al día o Motrin, aunque Aleve funciona mejor para la mayoría de los pacientes.

7. Si sigue teniendo dolor, pruebe el relajante muscular prescrito (si se administra)

o tome 1 tableta del medicamento recetado para el dolor cada 4-6 horas. Tome las primeras tabletas porque la anestesia 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.

8. Si el dolor aumenta y tiene fiebre 101.5, resfriado, o sudor llame a la oficina.

9. Es importante que orine la noche del día de la cirugía, **NO ESPERE** a que su vejiga se sienta incómodamente llena. Si no puede orinar normalmente, trate de intentarlo en la ducha o en la bañera. Baños no afectaran la herida. NO trate de sobre hidratarse para poder orinar, tome líquidos normalmente. Si no logra orinar aunque se meta a la tina de baño o cualquier método en 6-7 horas después de su cirugía, deberá ir a la sala de emergencia más cercana para que le pongan una sonda. Es raro que esto pase, déjenos saber si le pasa a usted.

### **Día siguiente de la Cirugía:**

1. Coma una dieta regular según lo tolerado incluyendo mucha avena o salvado, frutas y verduras frescas. Para muchas personas, productos de leche como queso etc, pueden constiparlo/a. Evite esas cosas los primeros días.  
La carne roja también es estreñida, así que al principio coma más pescado o pollo.
2. Tome un baño caliente después de defecar, pero no más de 10 minutos a la vez. Esto ayudará con el dolor. Puede tomar baños de asiento 4-5 veces al día. NO agregue sales de Epsom, que quemarán la piel. Las compresas frías (no más de cinco minutos por hora) pueden aliviarlo. Los hot dogs congelados encajan bien en el área de la herida (le recomendamos que no coma estos artículos y que los deseche después de usarlos).
3. Evite constipación y diarrea. Debera haber ido al baño dentro de 48 horas después de su cirugía. y luego uno diario o cada dos días después. Si no ha movido los intestinos la noche del primer día después de la cirugía, tome leche de magnesio.
  - a. Tome el suplemento de fibra que comenzó antes de la cirugía– Citrucel, Metamucil, o algo equivalente. Beber abundante agua.

- b. Ciruelas secas o jugo de ciruelatomado en la noche le puede servir como laxante.
- c. Tome Colace 300 mg al día (3 pastillas). Si aun no ha hecho del bano en 2 días, tome Senokot o milk of magnesia, (siga alas instrucciones del paquete) o usar una enema y cubrir la parte de la enema con lidocaine para que sea menos doloroso..
- d. Si su desecho esta muy duro, agregue 2-4 capsulas de flax seed oil, disponibles en (cvs/Walgreens, etc) y tome mucha agua.
- e. Si no mueve sus intestinos en un día determinado, agregue las cápsulas de aceite de semilla de lino (si no las toma) o aumente los ablandadores de heces. Si pasa 2 días sin evacuar, o siente que necesita evacuar, use Senokot o Milk of Magnesia, y si esto no tiene un resultado positivo, tome un Enema de flota simple y llame a la oficina solo si el enema lo hace. no trabajo. Cubrir la punta con ungüento de lidocaína ayudará a facilitar el enema.
- f. Si tiene diarrea( mas de 3 veces al dia), pare de tomar colace/flax seed oil y coma alimentos con mas fibra. Si déjã que la diarrea continúe ay un riesgo alto de infección que podria tardar semanas para aliviar.
- g. Aplique la crema compuesta o la pomada tópica de lidocaína (Recticare) antes de defecar para ayudar a disminuir las molestias.
- h. El área se hinchará y se verá como hemorroides. **SUS HEMORROIDES NO ESTÁN CRECIENDO HACIA ATRÁS Y SE RETIRARON.** Esto se resolverá en 2-3 semanas.

### **Instrucciones Generales:**

1. **No** conduzca si está tomando medicamentos narcóticos para el dolor después de la cirugía. Además, **NO** conduzca si se siente débil o aturdido o si toma analgésicos con más frecuencia que cada 6 horas.
2. **Nunca** mezcle analgésicos con alcohol.
3. Excepto por el medicamento recetado para el dolor, todas las otras medicinas mencionadas anteriormente (Metamucil, Citrucel, senekot, milk of magnesia, colace, fleet enema, y fibra) están disponibles en su farmacia local sin receta.
4. Evite levantar objetos pesados y hacer esfuerzos durante las próximas una o dos semanas. Sin embargo, es importante que esté activo para estimular los intestinos. Realice actividades como caminar y actividades habituales en la casa lo antes posible después de la cirugía. Nadar es apropiado después de que las incisiones hayan sanado. Si desea nadar antes, debe estar en una piscina y después de una semana después de la cirugía, y nunca si tuvo un absceso o tratamiento de fístula o tener una habitación abierta.
5. El área anal está rica en vasos sanguíneos y, como tal, el principal riesgo de sangrado. El riesgo persiste durante aproximadamente 10 días después de la operación. Recomendamos que permanezca en el área durante este tiempo y evite sentarse durante largos períodos de tiempo.

### Otras Opciones:

1. No se talle, solo palmadas para limpiar o ponerse crema.
2. La inyeccion local le durara de 6-36 horas.
3. Le podremos poner espuma dentro de su ano para disminuir el sangrado. En muchos casos se caerá y parecerá una bola de sangre. Esto no es difícil de empacar.  
Esto es normal no ay qué preocuparse.
4. En cuanto llegue a casa, coma y tome su medicamento, dese 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 cirugia 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 la crema compuesta o Recticare tópico use el lidocaine jelly.
9. Si necesita relleno en la medicinal lame 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.
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 cirugia 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 diarrrhea. Diarrrhea 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 diarrrhea, 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 sirugia. 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 602-993-2622 para hacer su cita de 2 semanas.

## **Pacientes con fístula / absceso:**

1. Tendrá una herida abierta después de la cirugía, aunque el médico la suturará con una sutura de disolución para que quede lo más plana posible. Quítese este vendaje al anochecer / tarde después de la cirugía. Si parte de la gasa se está pegando, entonces pásele una ducha para aflojarla primero.
2. Dúchese o sumérgase en agua corriente durante 10 minutos 2 veces al día durante las próximas dos semanas hasta que vuelva a ver a su médico, pero reemplace la gasa de 4 a 5 veces al día. La gasa debe estar en contacto con la herida abierta para secarla y ayudarlo a sanar más rápido. Esto no necesita ser una gasa estéril, y no es empacarlo completo, solo ponerlo en la herida para absorber la descarga.
3. Habrá mucho drenaje después de la cirugía. Esto puede parecer como pus, y puede pensar que tiene otra infección. Este no es el caso; son productos inflamatorios y proteínas a medida que su cuerpo se cura y se deshace de los productos indeseables después de la cirugía y se espera. Mientras más veces cambie la gasa para secar la herida, más rápido se detendrá.
4. Compre un aerosol tópico de lidocaína, como el dermoplast, ya que este se puede rociar en la herida y helo con dolor que puede ocurrir durante los cambios de apósito. Esto generalmente se encuentra en la sección de Primeros Auxilios de la farmacia.
5. Si tiene un drenaje / seton colocado para una cirugía de fístula, esto no cambia el cuidado de la herida. Sin embargo, algunos pacientes tendrán una pequeña cantidad de heces o gases a lo largo del drenaje a veces, y esto también es normal.
6. No nade hasta que la herida externa sane.
7. Puede comenzar (y se le recomienda comenzar) Advil o Aleve una vez que hayan transcurrido 24 horas desde la cirugía, ya que esto ayudará a controlar el dolor.
8. Nuevamente, llame al 602-993-2622 para hacer su visita postoperatoria / de seguimiento en 10-14 días después de la cirugía.

Copyright Colon and Rectal Center of Arizona 2020