



Educación del paciente

Cirugía Cardíaca /Centro Regional del Corazón



Cirugía del corazón

Atención de seguimiento

Este folleto explica la atención de seguimiento después de la cirugía del corazón:

- **Visitas clínicas**
- **Cuándo llamar a su Equipo de Cirugía Cardíaca**
- **Dieta**
- **Actividad**

Paciente: _____

Procedimiento: _____

Fecha de la cirugía: _____

Médico tratante: _____

Visita de seguimiento: _____
DÍA y FECHA HORA

Sus visitas de seguimiento

Con Cirugía Cardíaca – Centro Regional del Corazón de UWMC

Visite a su cirujano o enfermera especializada (ARNP) en cirugía cardíaca alrededor de 1 a 2 semanas después de la cirugía.

Esta visita de seguimiento se podría programar antes de que usted salga del hospital. Por favor llame a la clínica al 206-598-8017 para hacer una cita o para volver a programar su cita.

En esta visita:

- Probablemente se le quite los puntos.
- Traiga sus medicamentos o una lista de sus medicamentos actuales.
- Traiga con usted la tabla de la página 3 de este folleto.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER

Con su cardiólogo

Llame inmediatamente después de llegar a casa después de la cirugía para programar una visita con su cardiólogo en el transcurso de los próximos 1 a 2 meses, o antes si el equipo de atención a la salud lo ha aconsejado.

Todas las personas que tienen cirugía cardíaca tienen que visitar a su cardiólogo para:

- Un examen médico después de la cirugía
- Reducción del riesgo cardíaco
- Atención continua para los asuntos cardíacos tales como presión sanguínea alta o insuficiencia cardíaca

Con su proveedor de atención primaria

Haga una cita con su proveedor de atención primaria (PCP) en el transcurso de 1 mes después de su cirugía, o más pronto si se le recomienda hacerlo. Su PCP controlará los asuntos cardíacos que usted tenía antes de la cirugía cardíaca o cualquier asunto nuevo que pudiera haberse desarrollado desde su cirugía.

El Equipo de Cirugía Cardíaca controlará la mayoría de los medicamentos durante 1 mes después de la cirugía o hasta que visite a su PCP, lo que ocurra primero.

Cuándo llamar a su Equipo de Cirugía Cardíaca

Llame al equipo de cirugía cardíaca si tiene:

- Fiebre encima de 101° F (38.5° C)
- Enrojecimiento, hinchazón o dolor cada vez mayores alrededor de sus incisiones
- Una abertura en o drenaje de sus incisiones
- Ritmo cardíaco en reposo rápido o lento, menos de 50 pulsaciones por minuto o mayor que 120 pulsaciones por minuto
- Nuevo principio de *palpitaciones* (latido cardíaco irregular) o latidos irregulares
- Retorno de los síntomas que usted tenía antes de la cirugía, tales como angina
- Cambios en la respiración o tener dificultad para respirar
- Aumento de peso de 3 libras (1.3 kilos) o más, durante un período de 5 días
- Hinchazón acentuada en sus pies o tobillos
- Malestar estomacal o está vomitando
- No poder tomar sus medicamentos
- Cualquier pregunta o preocupación que usted crea que no puede esperar hasta su visita de seguimiento

El Equipo de Cirugía Cardíaca está siempre disponible para hablar acerca de sus síntomas o inquietudes. Consulte la página 5 para los números telefónicos a utilizar durante y después del horario de atención de la clínica.

Su dieta después de la cirugía del corazón

Si usted está bajo una dieta normal

- Coma tantas calorías como le sea posible durante el primer mes después de la cirugía. Las calorías de proteína son importantes debido a que la proteína ayuda con la cicatrización de la herida.
- Después del primer mes, ingiera una dieta con bajo contenido de grasa saturada, colesterol y ácido graso trans.

Si tiene diabetes o azúcar alta en la sangre

- Ingiera una dieta de la Asociación Estadounidense de la Diabetes (ADA) a menos que se le haya dicho lo contrario.
- Mantenga un registro de los resultados de las pruebas de azúcar en la sangre antes de las comidas y a la hora de acostarse.
- Mantener su azúcar en la sangre tan cerca de lo normal como sea posible ayudará a que su herida cicatrice. También disminuirá su riesgo de infección después de la cirugía.

Para personas bajo una dieta especial

- Permanezca bajo la dieta especial que se ha prescrito para usted.
- Converse con su dietista si tiene alguna pregunta.

Dejar de fumar

La nicotina en los productos de tabaco reduce el flujo sanguíneo a sus tejidos y por consiguiente interfiere con la cicatrización de la herida.

Si usa tabaco, le recomendamos firmemente que deje de fumar o de usar tabaco de cualquier tipo. Si necesita ayuda, hable con su proveedor de atención primaria o con alguna otra persona en su equipo de atención a la salud en la UWMC.

Su nivel de actividad después de la cirugía de corazón

Caminar

- Si puede hacerlo, camine tanto como sea posible. Camine al menos 4 veces al día y aumente la distancia de sus caminatas cada día.
- Caminar ayuda a evitar la neumonía, fortalece los músculos, promueve la cicatrización y regula el azúcar en la sangre.
- Está bien subir y bajar gradas, si puede hacerlo.

¿Preguntas?

Sus preguntas son importantes. Llame a su Equipo de Cirugía Cardíaca si tiene preguntas o preocupaciones.

Días de semana, de 8 a.m. a 5 p.m., llame a:

- Enfermera Registrada de Cirugía Cardíaca
206-598-8060
- Clínica de Cirugía Cardíaca
206-598-8017
Fax: 206-598-4669
- Coordinador de Atención al Paciente de Cirugía Cardíaca
206-598-3636

Después del horario de atención, fines de semana y feriados, llame al 206-598-6190 y pida que se perifonee al Miembro de Cirugía Cardíaca de turno.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON
 MEDICAL CENTER

**Cardiac Surgery Clinic/
 Regional Heart Center**

Box 356171

1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195
 206-598-8017

Cuidado de la incisión y tomar una ducha

- Dúchese y lave su incisión utilizando las manos limpias y un jabón suave al menos una vez al día. Esto reducirá el riesgo de infección.
- **NO** se sumerja en el agua (baño de tina, hidromasaje, alberca/piscina, etc.) durante al menos 6 semanas después de la cirugía.
- **NO** utilice lociones ni vendajes sobre su incisión, a menos que se le haya dicho que lo haga.

Tenga cuidado y siga las precauciones para el esternón

- Si su incisión es en el centro de su pecho:
 - **NO** levante, empuje ni jale nada que pese más de 10 libras durante 6 semanas después de su cirugía.
 - **NO** haga ninguna actividad que pudiera tensionar o torcer su esternón durante 12 semanas después de la cirugía. Esto incluye actividades tales como batear, jugar golf, montar bicicleta, jugar tenis o bolos.
- Usted puede acostarse y dormir sobre su costado.
- Llame al Equipo de Cirugía Cardíaca si tiene sensaciones de “estallido” o “chasquido” en su esternón.

Manejar

- Si su incisión es en el centro de su pecho, **NO** conduzca durante al menos 4 semanas después de su cirugía. Pregunte a su Equipo de Cirugía Cardíaca cuándo puede conducir nuevamente.

Relaciones sexuales

- Usted puede reasumir sus relaciones sexuales cuando se sienta cómodo(a) al hacerlo. Tenga cuidado de proteger su incisión y seguir sus precauciones para el esternón.

Llame a su Equipo de Cirugía Cardíaca

Si necesita llamar a su Equipo de Cirugía Cardíaca:

- Días de semana, de 8 a.m. a 5 p.m., llame a la Enfermera de Pacientes Externos de Cirugía Cardíaca, al 206-598-8060.
- Después del horario de atención, fines de semana y feriados, llame al 206-598-6190 y pida que se perifonee al Miembro de Cirugía Cardíaca de turno.
- Consulte otros números telefónicos en la columna “Preguntas” en esta página.

Patient Education

Cardiac Surgery/Regional Heart Center



Heart Surgery

Follow-up care

This brochure explains follow-up care for after heart surgery:

- Clinic visits
- When to call your Cardiac Surgery Team
- Diet
- Activity

Patient: _____

Procedure: _____

Surgery Date: _____

Attending Doctor: _____

Follow-up Visit: _____

DAY and DATE

TIME

Your Follow-up Visits

With Cardiac Surgery – UWMC Regional Heart Center

See your surgeon or cardiac surgery nurse practitioner (ARNP) about 1 to 2 weeks after surgery.

This follow-up visit may be scheduled before you leave the hospital. Please call the clinic at 206-598-8017 to make or reschedule your appointment.

At this visit:

- Your stitches will likely be removed.
- Bring your medicines or a list of your current medicines with you.
- Bring the chart from page 3 of this handout with you.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER

With Your Cardiologist

Call right after you get home after surgery to schedule a visit with your cardiologist within the next 1 to 2 months, or sooner if your health care team has advised.

Every person who has cardiac surgery needs to see their cardiologist for:

- An after-surgery checkup
- Cardiac risk reduction
- Ongoing care for cardiac issues such as high blood pressure or heart failure

With Your Primary Care Provider

Schedule a visit with your primary care provider (PCP) within 1 month after your surgery, or sooner if recommended to do so. Your PCP will check on health issues that you had before your heart surgery or any new issues that may have developed since your surgery.

The Cardiac Surgery Team will monitor most of your medicines for 1 month after surgery or until you visit your PCP, whichever is sooner.

When to Call Your Cardiac Surgery Team

Call the Cardiac Surgery Team if you have:

- Fever higher than 101° F (38.5° C)
- Increased redness, swelling, or tenderness around your incisions
- An opening in or drainage from your incisions
- Fast or slow resting heart rate, less than 50 beats per minute or greater than 120 beats per minute
- New onset of *palpitations* (irregular heart beat) or skipped beats
- Return of symptoms you had before surgery, such as angina
- Changes in breathing, or a hard time breathing
- Weight gain of 3 pounds or more over a 5-day period
- Increased swelling in your feet or ankles
- Been feeling sick to your stomach or are vomiting
- Not been able to take your medicines
- Any questions or concerns that you feel cannot wait until your follow-up visit

The Cardiac Surgery Team is always available to talk about your symptoms or concerns. See page 5 for phone numbers to use during and after clinic hours.

Your Diet After Heart Surgery

If You Are on a Regular Diet

- Eat as many calories as possible for the first month after surgery. Calories from protein are important because protein helps with wound healing.
- After the first month, eat a diet that is low in saturated fat, cholesterol, and trans-fatty acid.

If You Have Diabetes or High Blood Sugars

- Eat an American Diabetes Association (ADA) diet, unless told otherwise.
- Keep a log of your blood sugar test results before meals and at bedtime.
- Keeping your blood sugars as close to normal as possible will help your wound heal. It will also lower your risk for infection after surgery.

For Those on a Special Diet

- Stay on the special diet that has been prescribed for you.
- Talk with your dietitian if you have any questions.

Smoking Cessation

The nicotine in tobacco reduces blood flow to your tissues and interferes with wound healing.

If you use tobacco, we strongly encourage you to quit smoking or using tobacco of any kind. If you need help, talk with your primary care provider or someone on your health care team at UWMC.

Your Activity Level After Heart Surgery

Walking

- If you are able, walk as much as possible. Walk at least 4 times every day, and increase the distance of your walks every day.
- Walking helps prevent pneumonia, strengthens muscles, promotes healing, and regulates blood sugar.
- It is OK to walk up and down stairs, if you are able.

Questions?

Your questions are important. Call your Cardiac Surgery Team if you have questions or concerns.

Weekdays from 8 a.m. to 5 p.m., call:

- Cardiac Surgery RN
206-598-8060
- Cardiac Surgery Clinic
206-598-8017
Fax: 206-598-4669
- Cardiac Surgery
Patient Care
Coordinator
206-598-3636

After hours and on weekends and holidays, call 206-598-6190 and ask for the Cardiac Surgery Fellow on call to be paged.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER

**Cardiac Surgery Clinic/
Regional Heart Center**

Box 356171

1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195
206-598-8017

Incision Care and Taking a Shower

- Shower and clean your incision using clean hands and a mild soap at least once a day. This will reduce your risk of infection.
- Do **NOT** soak in water (bath tub, hot tub, swimming pool, etc.) for 6 weeks after your surgery.
- Do **NOT** use lotions or bandages on your incision unless you are told to do so.

Be Careful and Follow Sternal Precautions

- If your incision is in the center of your chest:
 - Do **NOT** lift, pull, or push anything that weighs more than 10 pounds for 6 weeks after your surgery.
 - Do **NOT** do any activities that may stress or twist your sternum for 12 weeks after surgery. This includes activities such as batting, golfing, bike-riding, tennis, or bowling.
- You may lie and sleep on your side.
- Call the Cardiac Surgery Team if you have “popping” or “clicking” sensations in your sternum.

Driving

- If your incision is in the center of your chest, do **NOT** drive for at least 4 weeks after your surgery. Ask your Cardiac Surgery Team when you can drive again.

Sexual Relations

- You may resume sexual relations when you feel comfortable doing so. Take care to protect your incision and follow your sternal precautions.

Calling Your Cardiac Surgery Team

If you need to call your Cardiac Surgery Team:

- Weekdays from 8 a.m. to 5 p.m., call the Cardiac Surgery Outpatient Nurse at 206-598-8060.
- After hours and on weekends and holidays, call 206-598-6190 and ask for the Cardiac Surgery Fellow on call to be paged.
- See other phone numbers in the “Questions” column on this page.