

Después de la cirugía laparoscópica

Instrucciones de alta

En este folleto, se brindan instrucciones a seguir en casa después de la cirugía. Incluye qué actividades son seguras de realizar, los problemas a los que se debe prestar atención e instrucciones sobre cómo llamar a su equipo de atención si tiene algún problema.

Dieta

- Beba mucho líquido. Sabrá que está bebiendo la cantidad de líquido suficiente cuando la orina sea de color amarillo pálido.
- Intente comer alimentos blandos durante los días posteriores a la cirugía. Evite los alimentos que le causan malestar estomacal.
- Opte por porciones pequeñas y frecuentes durante la semana posterior a la cirugía.

Actividad

- No trabaje durante la primera o las dos primeras semanas después de la cirugía.
- No conduzca mientras esté tomando algún analgésico narcótico.
- Podrá comenzar a realizar las actividades normales cuando se sienta lo suficientemente bien como para hacerlo. Debería poder realizar todas las actividades normales entre tres y cuatro semanas después de la cirugía.
- Le recomendamos que camine todos los días después de la cirugía. Caminar es saludable y ayuda a sanar. Puede subir y bajar escaleras.

Medicamentos de alta

- Siempre tome los analgésicos con las comidas para evitar náuseas.
- Los analgésicos suelen causar estreñimiento. Si después de la cirugía debe tomar analgésicos durante un tiempo prolongado, acompañelos con un ablandador de heces.
- Puede tomar medicamentos antiinflamatorios, como ibuprofeno. Altérnelos con los analgésicos narcóticos durante el día durante los primeros 3 o 4 días después de la cirugía. Los medicamentos antiinflamatorios funcionan mejor si se toman con regularidad, en lugar de recurrir a ellos solo cuando se tiene dolor.

Cuidado de la incisión

- Podrá retirar el apósito de gasa (tela fina) de las incisiones abdominales 24 horas después de la cirugía.

- Se puede duchar 24 horas después de la cirugía, pero **no** se puede sentar en el agua ni bañar hasta dos semanas después de la cirugía. El área de la incisión se puede mojar en la ducha. Una vez que salga de la ducha, seque la zona con suavidad.
- Retire las tiras estériles (vendajes pequeños) de la incisión entre 7 y 10 días después de la cirugía, si aún no se han caído.
- Hay una sutura (punto) debajo de la piel que está diseñada para disolverse a medida que la incisión cicatriza. A veces, entre 2 a 4 semanas después de la cirugía, esta sutura se sale de la incisión en lugar de disolverse. Si esto ocurre, es posible que sienta un borde áspero o algo de irritación en el lugar de la incisión. Tire suavemente para intentar disolver la sutura debajo de la piel. Si han pasado más de 10 días desde la cirugía, puede recortar cualquier sutura visible con tijeras para uñas o cortaúñas.

Sangrado vaginal

Es normal tener algo de sangrado vaginal después de la cirugía. Es posible que se asemeje al sangrado de un período menstrual. Se puede deber a cambios hormonales o a la manipulación del útero durante la cirugía.

Cuándo llamar al equipo de atención

- Si el dolor no cesa con medicamentos ni descanso.
- Si su temperatura es superior a 38 °C (101 °F).
- Si tiene náuseas o vómitos persistentes.
- Si presenta un sangrado vaginal abundante con coágulos de sangre o sangre roja brillante.
- Si presenta dolor y enrojecimiento o supuración de líquido en la incisión.
- Si tiene dolor o hinchazón en las piernas.
- Si siente dolor o ardor al orinar.

¿Tiene alguna pregunta?

Sus preguntas son importantes. Llame a su médico o proveedor de atención médica si tiene preguntas o inquietudes.

Llame a Gynecology Oncology Clinic al 206.598.8300, opción 5, de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m.

Si desea comunicarse fuera del horario laboral, los fines de semana o feriados, llame al 206.598.6190 y solicite hablar con el residente de Gynecology Oncology de guardia.

Cómo comunicarse con el equipo de atención

Llame de inmediato si tiene alguna pregunta o inquietud acerca de la cirugía. Estamos aquí para ayudar.

- Llame a Gynecology Oncology Clinic al 206.598.8300, opción 5, de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m. Es posible que las enfermeras estén atendiendo a otro paciente, pero, si deja un mensaje, le devolveremos la llamada.
- Fuera del horario de atención, comuníquese con el servicio de contestador automático del hospital al 206.598.6190 y solicite hablar con el residente de Gynecology Oncology de guardia.
- Envíe un mensaje a través de MyChart para preguntas o inquietudes que no sean urgentes.

After Your Laparoscopic Surgery

Discharge instructions

This handout gives instructions to follow at home after your surgery. It includes what activities are safe to do, problems to look out for, and instructions on how to call your care team if you have any problems.

Diet

- Drink plenty of fluids. You will know you are drinking enough when your urine is pale yellow.
- Try to eat soft, bland foods for the first few days after surgery. Avoid foods that upset your stomach.
- Eat small, frequent meals during the first week after surgery.

Activity

- Do not work for the first 1-2 weeks after surgery.
- Do not drive while you are taking any narcotic pain medications.
- You can start doing your normal activities when you feel well enough to do so. You should be doing all your normal activities by 3 to 4 weeks after surgery.
- We recommend that you walk each day after surgery. Walking is healthy and helps you to heal. You can walk up and down stairs.

Discharge Medications

- Always take your pain medication with food to prevent nausea.
- Pain medications often cause constipation. If you need consistent pain medication after surgery, take a stool softener as well.
- You may take anti-inflammatory medicine, such as ibuprofen. Alternate these with your narcotic pain medication throughout the day for the first 3 to 4 days after surgery. Anti-inflammatory medications work best if you take them regularly, instead of only taking them when you have pain.

Incision Care

- You can remove the gauze dressing (thin fabric) from your abdominal incisions 24 hours after surgery.

- You may shower 24 hours after surgery, but do **not** sit in any water or take a bath for 2 weeks after surgery. It is okay for your incision area to get wet in the shower. Gently pat this area dry after your shower.
- Remove the steri-strips (small bandages) from your incision 7 to 10 days after surgery, if they have not already fallen off.
- There is a suture (stitch) under your skin that is designed to dissolve as your incision heals. Sometimes, about 2-4 weeks after surgery, this suture comes out of the incision instead of dissolving. You may feel a rough edge or some irritation at your incision sites if the suture is starting to come out. Gently tug to see if it is dissolved under the skin. If it is more than 10 days after surgery, you can trim any visible suture with nail scissors or nail clippers.

Vaginal Bleeding

It is normal to have some vaginal bleeding after surgery. This bleeding might feel like a menstrual period. This can be caused by changes in your hormones, or from your uterus being handled during surgery.

When to Call Your Care Team

- Pain that is not helped by medications or rest
- Temperature above 101°F (38°C)
- Persistent nausea or vomiting
- Heavy vaginal bleeding with blood clots or bright red blood
- Pain and redness or leaking fluid from your incision
- Pain or swelling in your legs
- Pain or burning when you urinate

How to Contact Your Care Team

Please call right away if you have any questions or concerns about your surgery. We are here to help you.

- Monday – Friday from 8 a.m. to 5 p.m., call the Gynecology Oncology clinic at 206.598.8300, option 5. The nurses may be helping another patient, but if you leave a message, we will call you back.
- After hours call the hospital answering service at 206.598.6190 and ask for the Gynecology Oncology resident or fellow on call to be paged.
- Send a MyChart message for non-urgent questions or concerns.

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

Weekdays from 8 a.m. to 5 p.m., call the Gynecology Oncology Clinic at 206.598.8300, option 5.

After hours and on weekends and holidays, call 206.598.6190 and ask to page the Gynecology Oncology resident on call.