

Alivio del dolor después de la cirugía de reconstrucción

Qué se puede esperar



Este folleto es para pacientes que han tenido cirugía reconstructiva en University of Washington Medical Center (UWMC).

Qué se puede esperar

Es normal sentir dolor después de la operación. El dolor se aliviará gradualmente mientras se recupera. La mayoría de las personas sienten dolor leve o moderado durante la recuperación. Nuestras metas son su seguridad y mantenerle con un nivel de dolor que pueda tolerar.

Analgésicos

Después de la operación, utilice medicamentos con y sin receta médica (venta libre) según lo indicado para el dolor. Por ejemplo, tomar:

- **Acetaminofeno** (Tylenol y otros) oral, hasta 1000 mg cada 6 horas.
- Uno de los siguientes *antinflamatorios no esteroideos* (NSAID)* empezando el día de la operación (espere 24 horas después de la cirugía si tuvo una mastectomía):
 - **Ibuprofeno** (Advil, Motrin y más), hasta 600 mg cada 6 horas con los alimentos según sea necesario.
 - **Naproxeno** (Naprosyn, Aleve y más), hasta 500 mg 2 veces al día con los alimentos según sea necesario.

Ejemplo del horario de medicamentos sin receta	
Hora	Medicamento
9:00 a.m.	acetaminofeno (hasta 1.000 mg)
12:00 p.m.	ibuprofeno (hasta 600 mg)
3:00 p.m.	acetaminofeno (hasta 1.000 mg)
6:00 p.m.	ibuprofeno (hasta 600 mg)
9:00 p.m.	acetaminofeno (hasta 1.000 mg)

*** Importante: no tomar los antinflamatorios no esteroideos si:**

- Tiene enfermedad renal o enfermedad hepática grave.
- Ha recibido una derivación (bypass) gástrica.
- Tiene antecedentes de úlceras gástricas, hemorragia intestinal, infarto o derrame.
- Tiene alergia a los antinflamatorios no esteroideos (NSAID).

Opioid Pain Medicine

Después de la operación, la mayoría de pacientes toman analgésicos recetados (opioides) para aliviar el dolor agudo. Los opioides son medicamentos potentes como la oxicodona o la hidromorfona (Dilaudid). Tome los opioides solamente para el dolor intenso que no se alivia con otros métodos. Por lo general, los pacientes dejan de tomar los opioides *gradualmente* antes de la primera cita de control. **Nunca** tome más de lo que le hayan recetado.



Escanee para recibir una copia digital de este folleto

Posibles efectos de los opioides

- Los opioides tienen efectos secundarios como náuseas, comezón y estreñimiento. Tome laxantes emolientes o laxantes los días en que toma los opioides. Tómelos con los alimentos para evitar las náuseas.
- Pueden ser adictivos si se usan a largo plazo. Disminuya el consumo de opioides tan pronto como sea posible. En la mayoría de los casos, esto será en la primera semana después de la operación. Esto se conoce como disminución progresiva. Para hacerlo, puede:
 - Tomar una dosis menor. Por ejemplo, puede tomar media pastilla en cada dosis en lugar de una pastilla entera.
 - Aumente el tiempo entre dosis y dosis. Por ejemplo, puede tomarlas cada 8 horas en lugar de cada 6 horas. Después las tomaría cada 12 horas o solamente en las noches.
- Los opioides afectan el pensamiento y le producen somnolencia. Cuando esté tomando opioides:
 - No maneje carro, viaje sin que alguien le acompañe o utilice maquinaria.
 - No beba alcohol ni tome sedantes.
 - No firme documentos legales ni tome decisiones importantes.

Cuándo llamar a la clínica

Llame a la clínica si necesita ayuda para aliviar el dolor o disminuir gradualmente la dosis de los opioides. Muchos pacientes no necesitan que se les recete más opioides. Si cree que necesita más, llámenos 24 horas antes de que se le acabe el medicamento.

IMPORTANTE:

Desecho de los opioides de manera segura

No tiene que consumir todo el medicamento opioide. Es muy importante desechar las pastillas que le queden de una forma segura para evitar su uso indebido. De forma segura las pastillas que le queden para evitar su mal uso.

- Para saber dónde poder eliminar las pastillas de forma segura las pastillas, visite: www.takebackyourmeds.org
- Déjelas en la sala de espera de la farmacia de UW Medical Center, abierta todos los días de 8 de la mañana a 8 de la noche.

¿Preguntas?

Sus preguntas son importantes. Si tiene preguntas o dudas, llame a su médico o proveedor de atención médica.

Durante el horario de atención (lunes a viernes excepto feriados, de 8 de la mañana a 5 de la tarde):

Si tiene alguna pregunta o duda, le recomendamos enviar un mensaje al cirujano a través de EPIC MyChart. Incluya una foto para ayudar a explicar su duda.

También puede llamar al Center for Reconstructive Surgery al 206.598.1217, opción 2.

Urgencias fuera del horario de atención:

Si necesita atención de urgencia fuera del horario de atención, los fines de semana o los días feriados, llame al 206.598.6190 y pida hablar con el cirujano plástico de turno.