

Instructivo de educación al paciente

Cuidados Pos-operatorios de cirugía Cardiovascular





Cuidados Pos-operatorios
de cirugía Cardiovascular

Índice

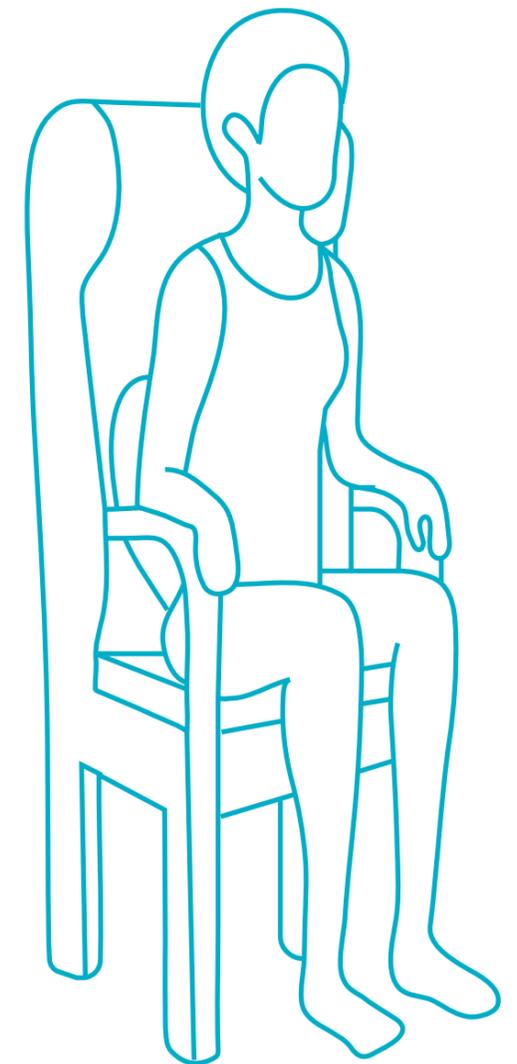
¡Felicidades por tu recuperación!

Tu determinación y esfuerzo durante este proceso ha sido un gran logro

En este momento, es probable que usted o un ser querido hayan sido sometidos a una cirugía cardíaca, lo cual puede ser una experiencia abrumadora. Sabemos que la recuperación puede ser un proceso desafiante, y es por eso que es importante que tengan la información y el apoyo adecuado para prevenir complicaciones y promover una recuperación más rápida y exitosa.

En esta cartilla, hablaremos sobre cómo cuidar de sí mismos y cómo pueden involucrar a su familia en el proceso de recuperación. También discutiremos las preguntas frecuentes y proporcionaremos algunos consejos prácticos para asegurar que su recuperación sea lo más cómoda y segura posible.

Recuerden que estamos aquí para apoyarles en todo momento, y que estamos comprometidos en brindarles la mejor atención posible.





Cuidados Pos-operatorios
de cirugía Cardiovascular

Cuidado de la herida en el baño

Al salir de la clínica, usted tendrá diferentes heridas que probablemente ya estarán cerradas, en algunas de ellas observará un hilo de sutura (puntos), los cuales serán retirados en la consulta con el especialista.



Herida del esternon

- No necesita retiro de puntos.
- Retire apósitos y demás cintas adheridas a la piel al siguiente día de llegar a casa.
- Lavar diario la herida utilizando jabón personal, pero evitando aplicarlo directamente sobre la herida. En su lugar, se debe generar espuma en las manos enjabonando de forma circular.
- No aplique loción, crema o aceites.
- Es muy importante la utilización del arnés durante el primer mes si su cirujano se lo ordenó.
- Con una sábana o toalla enrollada abrácela a su pecho al toser, protegiendo el esternón.



Heridas de las piernas

- Si presenta herida en brazo o pierna y está cubierta con cinta micropore o apósito, retírelo en casa durante la ducha y lave con agua y jabón, luego déjala descubierta.
- Es posible que se edematice (“hinche”) la pierna durante 4 a 6 semanas, vigile a diario y si empeora consulte al médico.
- Usar durante un mes las medias de compresión, subirlas hasta el límite, no doblar ni bajar para prevenir la formación de coágulos sanguíneos y reducir la hinchazón en las piernas.
- Puede sentir adormecimiento en la pierna operada que desaparecerá con el tiempo.
- Mantenga las piernas elevadas cuando este sentado y evite pasar mucho tiempo de pie.



Cuidados Pos-operatorios
de cirugía Cardiovascular

Herida tubo de drenaje

- Son unas pequeñas heridas debajo de la herida esternal o de los costados y se puede observar un hilo de sutura entre 8 – 10 días después de la cirugía
- Si después del alta aún tiene los Puntos el cirujano se lo retirará en la cita de revisión que se le asigne o le dará las instrucciones pertinentes durante esta revisión.

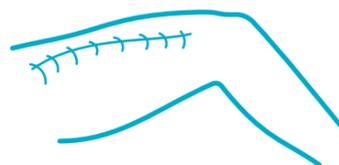
Para todas las heridas

Esté alerta a la aparición de signos o síntomas de infección:

- 1** Enrojecimiento o inflamación.



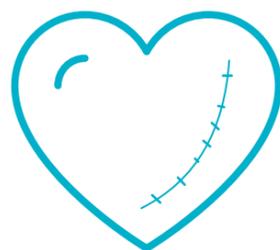
- 3** Separación de los bordes de la herida.



- 2** Salida de cualquier tipo de líquido (pus, sangre).



- 4** Dolor en la herida



- 5** Fiebre.



Antes de tomar antibiótico, consulte por urgencias de la clínica la Américas.



Cuidados Pos-operatorios
de cirugía Cardiovascular

Familia

La familia debe tener y proporcionar un ambiente limpio, adecuado, seguro y tranquilo que ayude a la recuperación exitosa del paciente.



Actividad física

No se quede acostado o sentado todo el tiempo, usted debe caminar diariamente por su casa e ir aumentando progresivamente el tiempo iniciando con 10 min hasta llegar a 40 min dos o tres veces al día.

- Puede subir o bajar escaleras lentamente.
- No se apoye en los brazos ni los estire hacia atrás excesivamente.
- Después de la primera semana podrá realizar caminatas por fuera de la casa o realizar algunas actividades sociales cortas.
- No puede hacer mucha fuerza sobre su esternón mientras está cicatrizando, evite cargar, empujar o jalar cualquier pese más de 5 kg por 6 semanas después de la cirugía.
- No conducir automóvil durante 6 a 8 semanas después de la cirugía.



Cuidados Pos-operatorios
de cirugía Cardiovascular

Signos de alerta

- Si presenta mareos fuertes o desmayos.
- Dolor de cabeza intenso.
- Dificultad para respirar.
- Edema (hinchazón) importante en cara, brazos y piernas.
- Sangrado por la boca, orina, o cualquier otra parte.
- Fiebre.

Medicamentos

Es muy importante tomarse los medicamentos ordenados por su médico, haga una lista con los horarios, nombres, dosis y llévela siempre con usted.



Cuidados Pos-operatorios
de cirugía Cardiovascular

Terapia Respiratoria

Su mejor contribución para la recuperación total es realizar los ejercicios respiratorios con el incentivo respiratorio de forma rutinaria, durante 15 días.



Rehabilitacion Cardiaca

En el momento del alta se le entregará una orden para rehabilitación cardiaca; debe hacerla autorizar para que empiece los ejercicios lo más pronto que se pueda.

- Este programa cuenta con personal y equipos especializados para obtener la mejor condición física después de la cirugía, además le proporcionarán información valiosa sobre el cuidado de su corazón.



Cuidados Pos-operatorios
de cirugía Cardiovascular

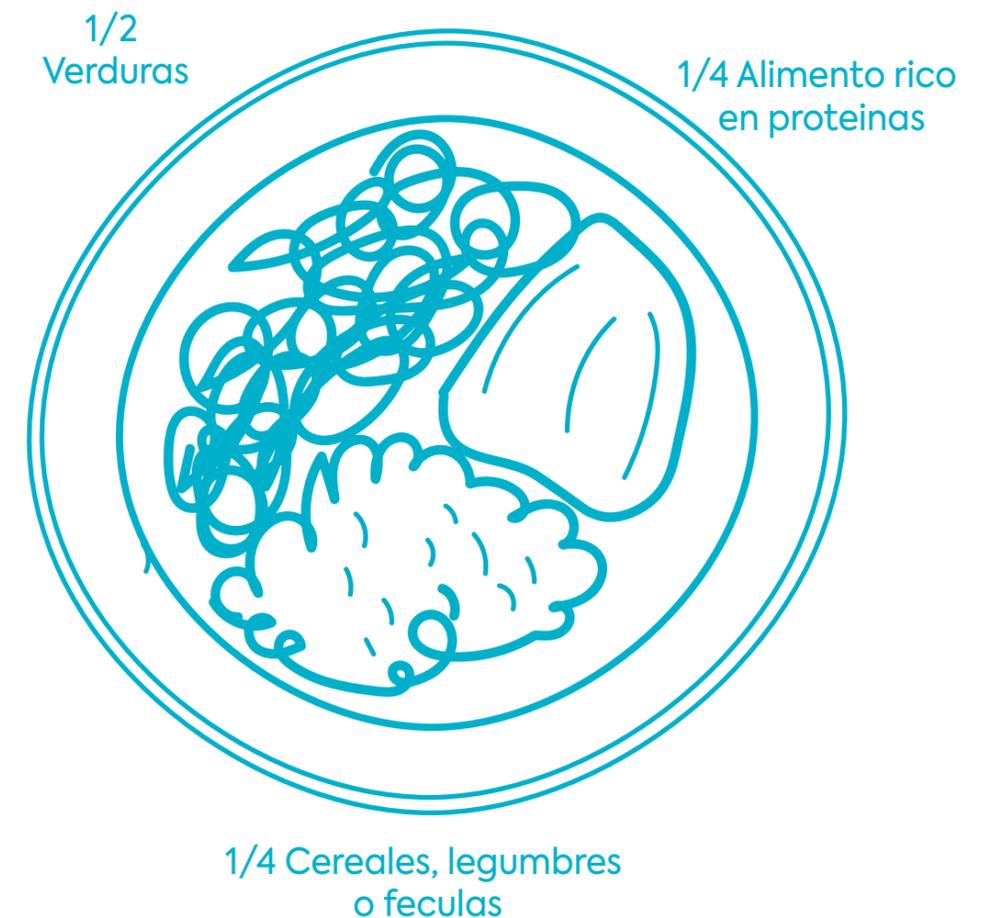
Vida Sexual

La podrá realizar después de un período de recuperación siempre y cuando usted se sienta bien, esto se logra aproximadamente entre 4 a 6 semanas después de la cirugía. En las mujeres debe evitarse el embarazo durante la recuperación.

Alimentación

Una adecuada alimentación en casa después de la cirugía nos ayuda a obtener una buena cicatrización y recuperar el bienestar.

- Ingerir alimentos ricos en proteína, fibra, vegetales y vitaminas (carne, verduras y frutas).
- Evite comer sal y comidas grasosas en grandes cantidades.
- Si usted sufre del colesterol alto, diabetes (azúcar alta en la sangre), gota o algún trastorno metabólico, no olvide seguir las recomendaciones dadas por su médico y nutricionista.



Cuidado

Usted no debe aumentar de peso porque esto le exige más trabajo a su corazón, no ingiera bebidas alcohólicas.

Especialmente si está tomando medicamentos; evite consumir bebidas estimulantes como café, té, colas, pues aceleran su corazón.



**Cuidar la vida,
para vivirla mejor,
siempre**

info@lasamericas.com.co

Dg. 75 B # 2A - 80 / 140
Medellín- Colombia
T (604) 342 10 10

clinicalasamericas.com.co

**Clínica
Las Américas**
aluna

VIGILADO Supersalud 

CLA-I-FR-774