

NOMBRE DEL PACIENTE: _____

FECHA DE EGRESO: _____

Sr. Usuario de la Clínica del Caribe S.A., a continuación se le brinda información acerca de las recomendaciones médicas y cuidados a tener en casa para así garantizar la continuidad de su tratamiento y lograr su pronta recuperación:

RECOMENDACIONES PARA SEGUIR EN CASA

- Mantenga elevada la mayor parte del tiempo, la pierna o brazo operado
- No permita que se moje. Cúbralo con una bolsa plástica durante el baño
- Coma una dieta bien equilibrada. Incluya proteína de alto valor biológico en su dieta: carne, pescado y aves, productos lácteos y huevos, legumbres (frijoles, lentejas).
- Si presenta estreñimiento debido a los analgésicos, suplemento de hierro y reducción de la actividad: beba por lo menos 6 vasos de agua por día, coma más frutas, vegetales frescos, arroz integral, avena en hojuela o salvado de avena en las bebidas. Evite el consumo de guayaba, plátano o guineo verde, manzanas y peras.

MANEJO DE HERIDAS- PREVENCIÓN DE INFECCIONES

- Usted y/o su familiar, deberán lavar sus manos antes y después de manipular la herida
- Deje el apósito (vendajes) en el lugar durante 3 días después de la cirugía. Después déjela sin cubrir
- En caso de que su médico tratante, le deje un sistema de drenaje, evite tensionarlo, aplastarlo, y levantarlo hacia el abdomen.
- Mantenga su incisión limpia y seca.
- El retiro de puntos en general son de 8 a 10 días. Se debe dirigir a la Urgencias de la institución en el horario de 7:00 am – 10:00 am todos los días o según lo indicado por el médico tratante.
- En caso de salida accidental del dren o que se humedezca el apósito, informar a su médico tratante o asista al Servicio de Urgencias.

MEDICAMENTOS

- Iniciar el tratamiento con analgésicos y antiinflamatorios para el manejo del dolor, según recomendación médica.
- No combine medicamentos.
- Cumplir con el horario de ingesta.

SIGNOS DE ALARMA

Asista al servicio de urgencias o consulte a su médico si presenta alguno de los siguientes síntomas:

- Fiebre superior a (38.0°C).
- Calor local en la herida, enrojecimiento, aumento progresivo en la intensidad del dolor e hinchazón o salida de secreción.
- Apertura espontánea de la herida.

RECOMENDACIONES GENERALES

- ✓ Tenga un ambiente adecuado libre de obstáculo, evitar caminar en piso mojado
- ✓ Evitar cargar objetos pesados
- ✓ Evitar el uso de trampolines.
- ✓ Si va a transitar por escaleras asegúrese que tenga una adecuada iluminación y agárrese del pasamano
- ✓ Mantener una buena higiene postural
- ✓ Recuerde asistir a su primera cita de control que será realizada por el médico especialista, el personal de enfermería indica hora, fecha y lugar.