

## **INSTRUCCIONES POSOPERATORIAS PARA UNA COLECISTECTOMÍA LAPAROSCÓPICA**

### **GENERALES**

Un adulto responsable debe acompañarlo durante las primeras 24 horas después de la cirugía. Debido al uso de medicamentos anestésicos, usted no debe tomar ninguna decisión importante durante las primeras 48 horas después de la cirugía. No consuma alcohol, no conduzca ni use equipos peligrosos mientras esté tomando analgésicos narcóticos.

### **CUIDADO DE LA HERIDA**

Si tiene las heridas cubiertas con una venda, puede retirarla y ducharse 48 horas después de la cirugía. Es probable que tenga unas tiras pequeñas de color blanco (steri strips) que le cubren la incisión. Puede ducharse con las tiras colocadas, las que se caerán solas 7 a 10 días después de la cirugía.

Si la venda es adhesivo para la piel, puede ducharse con el adhesivo colocado 24 horas después de la cirugía. No son necesarias otras vendas. El adhesivo se descamará solo 7 a 10 días después. Si le han colocado un drenaje, pregúntele al cirujano cuándo puede empezar a ducharse.

Independientemente del vendaje que tenga, los puntos de sutura se disolverán solos. Si ve que un punto sobresale, no jale de él. No nade ni sumerja su herida durante 2 semanas después de la cirugía, o hasta que la herida haya cicatrizado.

Qué debe controlar de su incisión: la fiebre, el aumento del dolor, el enrojecimiento, la inflamación o las secreciones son signos de una posible infección. Llame al consultorio de inmediato si tiene alguno de estos síntomas.

### **CONTROL DE LA CICATRIZ**

Las cicatrices evolucionan con el tiempo pero, en las etapas iniciales, su cuerpo trabaja mucho para que las cicatrices sean resistentes. Puede esperarse que se oscurezcan en las primeras 3 a 6 semanas. A partir de ese momento, deberían aclararse con el tiempo. Puede demorar hasta un año que una cicatriz madure por completo. Después de obtener la aprobación de su cirujano (> 3 semanas después de la cirugía), puede usar una loción sin perfume y sin color como Aquaphor, Lubriderm, Neutrogena o Eucerin, aunque no es necesario que lo haga. Si expondrá la cicatriz al sol, aplíquese pantalla solar. De lo contrario, la cicatriz podría oscurecerse o enrojarse si recibe mucha luz solar. Comuníquese con nuestro consultorio si quiere comprar un sistema de cuidados avanzados de las cicatrices.

### **DIETA**

Recomendamos una dieta con bajo contenido de grasas durante un mes después de la cirugía. Se sugiere que haga comidas más pequeñas y más frecuentes. Aumentar la cantidad de fibras también ayuda. Estas medidas se recomiendan porque, por lo general, la vesícula biliar recoge y concentra la bilis y la libera cuando usted come para asistir en la digestión de grasas. Cuando se extirpa la vesícula biliar, la bilis está menos concentrada y drena de manera más continuada a los intestinos, donde puede tener un efecto laxante.

Los analgésicos narcóticos pueden causar estreñimiento, así que es importante que beba abundantes líquidos. Las proteínas son importantes para la cicatrización de la herida. Una dieta equilibrada con carnes

magras, pescados, verduras y frutas es importante para obtener la fuerza necesaria para el proceso de cicatrización.

### **ACTIVIDADES**

Recomendamos que haga ejercicios moderados. Limite su ejercicio a caminar la semana inmediatamente posterior a la cirugía. Podrá aumentarlo lentamente después de esto. Use ambos brazos en sus actividades cotidianas.

### **MEDICAMENTOS**

- Los analgésicos narcóticos solo están disponibles con receta. Puede tener una tendencia a mareos, náuseas o estreñimiento. Tómelos con los alimentos para evitar los efectos adversos. No conduzca ni beba alcohol mientras esté tomando analgésicos narcóticos.
- El ibuprofeno (Advil o Motrin) pertenece al mismo tipo de medicamentos antiinflamatorios, que se metabolizan en los riñones. Pertenecen a la misma clase de medicamentos que la aspirina. Recomendamos tomar 1 a 3 comprimidos (de 200 mg cada uno) cada 6 horas durante los primeros 3 días, si siente dolor. Después de tres días, tome los medicamentos solo si los necesita. Si tiene antecedentes de úlceras estomacales, sangrado gastrointestinal o antecedentes de problemas renales, no tome estos medicamentos. Tome únicamente Tylenol.
- Tylenol (acetaminofeno) es un analgésico que se metaboliza en el hígado. La dosis recomendada de Tylenol es de 500 a 1000 mg cada 8 horas.
- **Puede tomar ibuprofeno y Tylenol al mismo tiempo sin problemas. Recomendamos alternar los medicamentos cada 3 a 4 horas para un mayor alivio, de manera que se superpongan sus efectos.**
- Se recomienda tomar laxantes emolientes mientras tome analgésicos (Colace 100 mg o Miralax). Si sus heces son demasiado blandas, deje de tomar el medicamento. En caso de que sea necesario, puede tomar el laxante dos veces por día.

*Si la combinación de estos medicamentos no controla su dolor, llame al consultorio. Si le practicaron una reconstrucción mamaria, el cirujano plástico puede ser quien le recete los medicamentos. Si es así, acuda a él para reabastecerse de medicamentos o por cambios en la medicación.*

### **PATOLOGÍA**

El informe de patología estará disponible 3 a 4 días después de la cirugía. Haremos lo posible por llamarlo para informarle los resultados si su visita a la clínica no está programada para esa semana. Puede llamar al consultorio 5 días hábiles después de su cirugía, si quiere conocer los resultados y no ha tenido noticias de nuestro consultorio.

Llame al consultorio si tiene alguna otra pregunta: 303-812-6850.