

## INDICACIONES POSQUIRÚRGICAS CUIDADOS DE TU HERIDA

- 1 Realiza diariamente curación de la herida según indicación médica.
- 2 Mantén la herida limpia y seca.
- 3 No mojes la herida si está cubierta. Protégela con un plástico.
- 4 Si tu cirugía fue de ortopedia o cirugía plástica coloca hielo en tu extremidad (sin mojar vendajes) en una bolsa y toalla, no lo apliques directamente, esto sirve para aliviar la inflamación y el dolor.
- 5 Si tu cirugía fue de otorrinolaringología puedes presentar sangrado escaso por las fosas nasales, también vómito de sangre digerida (color café) esto es normal, en cambio si el vómito es sangre fresca (color rojo), debes ir al servicio de urgencias; otorrinolaringología no debes introducir objetos en tus oídos.

6 Si tienes un dren (tubo en la herida) No duermas del mismo lado del tubo debes tener cuidado de no retirarlo accidentalmente.

- 7 Antes de cualquier manipulación del dren, lava muy bien tus manos con agua y jabón, si vas a desocupar el contenido del recipiente del HEMOVAC:
- Retira la tapa
  - Vierte el contenido del HEMOVAC en un recipiente
  - Presiona el recipiente del drenaje, de tal manera que haga contacto con sus paredes
  - Coloca inmediatamente la tapa.

## INDICACIONES POSQUIRÚRGICAS TU DIETA

- 1 Come una dieta bien equilibrada. Incluye alimentos de todos los grupos alimenticios: frutas y vegetales, granos (cereal, pan, arroz, pasta) y proteínas (carne, pescado, huevo, productos lácteos, pollo, frijoles, lentejas); Esto es importante ya que ayuda a cicatrizar la herida rápidamente y evitar el estreñimiento



**1** Si tu cirugía fue de otorrinolaringología el primer día se recomienda dieta líquida helada (hielos, helados, gelatinas, jugos sin leche ni ácidos), en poca cantidad e ir aumentando progresivamente.

**2** Si tu cirugía fue de cabeza y cuello te recomendamos dieta al clima, no tomar alimentos ni muy fríos y ni muy calientes.

## INDICACIONES POSQUIRÚRGICAS INDICACIONES GENERALES

**1** Toma los analgésicos ordenados por el médico para evitar el dolor.

**2** Evita realizar movimientos fuertes y bruscos.

**3** Solicita ayuda para ir al baño hasta tu completa recuperación.

**4** Durante las primeras horas después de la cirugía, no puedes manejar vehículos, operar maquinaria o tomar decisiones importantes.

**5** No debes ir a piscina.

**6** Asiste a tu cita de control a la hora y fecha programada

**7** Si antes de tu cita, usted presenta:

- Fiebre, vómito, Drenaje y apertura de la herida
- Dolor intenso que no calma con los analgésicos indicados
- Calor, enrojecimiento, sangrado abundante por la herida
- Adormecimiento en extremidades.

## DEBES IR INMEDIATAMENTE AL SERVICIO DE URGENCIAS

**8** Debes tener en cuenta el cumplimiento de las órdenes de control post quirúrgico, imágenes o laboratorios solicitados, así como tramitar las autorizaciones pertinentes.

**Siempre dispuestos para atenderle  
Comprometidos con el bienestar  
de tu salud**

Esta página está diseñada para establecer el instructivo de diligenciamiento del formato y plasmar el control de modificaciones, en caso de ser necesaria su uso en físico proceda a imprimirla o por el contrario **evite su impresión**, con el fin de contribuir con el **Programa de Ahorro y Uso Eficiente de Papel** que actualmente maneja la E.S.E HUS.

<b>CONTROL DE MODIFICACIONES</b>					
<b>Versión</b>	<b>Fecha</b>	<b>Descripción de la Modificación</b>	<b>Elaborado por</b>	<b>Revisado por</b>	<b>Aprobado por</b>
1	Octubre de 2021	Emisión inicial del documento.	Mary Luz Araque Coordinadora Área Quirúrgica y Unidad de Quemados	Carlos Alberto Malagón Médico Coordinador / Auditor Área Quirúrgica	Juan Pablo Serrano Subgerente de Servicios Quirúrgicos