

TRATAMIENTO DE EAP: RECUPERACIÓN DE LA ATERECTOMÍA

TRANSCRIPCIÓN (página 1 de 2)

Cuando tiene enfermedad arterial periférica o EAP, puede que requiera una aterectomía para restaurar el flujo sanguíneo a su cuello, brazos o piernas y reducir tanto los síntomas como las complicaciones de la EAP. Normalmente pueden dejarlo salir del hospital el mismo día de su angioplastia, o el día siguiente, para comenzar su recuperación en casa.

En casa, siga sus instrucciones de alta con cuidado. Sus instrucciones de alta le darán a usted y sus seres queridos la información necesaria para continuar una recuperación sana y sin complicaciones.

Descanse mucho. Su cuerpo necesita sanar y recuperarse.

No levante nada que pese más de 10 libras durante el siguiente o los dos días siguientes.

Si se lo indican, beba líquidos en forma abundante.

Y revise el sitio de la incisión a diario para detectar señales de infección. Busque: aumento de la hinchazón alrededor del área, enrojecimiento, sensibilidad, dolor; tibieza alrededor de la zona y un incremento en su temperatura o síntomas similares a la fiebre. Si nota señales de infección, contacte a su médico inmediatamente.

Algunos moretones alrededor del área son normales y desaparecerán en las próximas semanas. Si su incisión empieza a sangrar, acuéstese, aplique presión en el área y llame al 911.

Su plan de alta incluirá una lista con los medicamentos que necesita tomar a medida que se recupera. Asegúrese de entender esta lista antes de salir del hospital. Algunos medicamentos pueden ser nuevos para usted. Puede que necesite tomar algunos de estos medicamentos durante las próximas semanas o meses, e incluso puede que tenga que tomarlos por el resto de su vida.

Algunos medicamentos pueden interactuar con ciertas vitaminas y suplementos. Sea honesto sobre todos los medicamentos que toma. Y antes de comenzar a tomar alguno nuevo, incluyendo vitaminas y suplementos, hable con su médico.

Es una buena idea conseguir todas sus prescripciones en una sola farmacia. De esta manera el farmacéuta tendrá una archivada lista completa de sus medicamentos y puede alertarlo sobre cualquier posible interacción entre ellos.

(Continúa en la siguiente página)

TRATAMIENTO DE EAP: RECUPERACIÓN DE LA ATERECTOMÍA

TRANSCRIPCIÓN (página 2 de 2)

Para asegurarse de que sus medicamentos funcionan correctamente, tómelos exactamente como le prescribió su médico. Esto incluye tomar sus medicamentos a la misma hora todos los días. No olvide una dosis. Puede serle útil desarrollar un sistema para llevar el registro de todos sus medicamentos, especialmente si toma más de una clase.

A medida que se recupera puede estar ansioso de regresar a sus actividades normales. Hable con su médico sobre cuándo puede empezar a estar activo nuevamente y cuándo puede regresar a trabajar.

Caminar es una actividad saludable que muchas personas pueden hacer a medida que se recuperan. Empiece lenta y gradualmente a incrementar la distancia e intensidad de sus caminatas. Caminar puede hacer que la sangre fluya, reducir los síntomas de EAP y mejorar su salud en general.

Aunque su aterectomía ha reducido un bloqueo y ha incrementado el flujo sanguíneo a sus arterias periféricas, todavía está en riesgo de desarrollar futuros bloqueos. Si aún no lo ha hecho, hable con su médico sobre los cambios saludables en el estilo de vida que puede hacer para prevenir daño futuro en los vasos sanguíneos.

No fume. Nunca. Si fumaba antes, no lo haga más. Y manténgase alejado del humo de segunda mano.

Ejercítese regularmente. Hágalo parte de su rutina diaria. Su médico puede recomendarle que asista a un programa de rehabilitación cardíaca. Allí pueden supervisarlos mientras se ejercita y también recibir el apoyo emocional que pueda necesitar.

Elija alimentos saludables para mejorar su salud. Y tome sus medicamentos según lo indicado.

La aterectomía puede aliviar muchos de los síntomas de EAP, incluyendo el dolor y ayudar a prevenir las complicaciones a largo plazo. Siga las instrucciones de su médico a medida que se recupera así puede volver a disfrutar la vida nuevamente, como una versión más saludable de usted mismo.