

# Instrucciones de alta después de una cirugía de cáncer de colon y recto

Le han diagnosticado cáncer de colon o de recto. En conjunto, se denomina cáncer colorrectal, pero usted tiene cáncer de colon o de recto. El cáncer es el crecimiento descontrolado de células anormales en el colon y el recto. La cirugía para extirpar el cáncer y el tejido circundante es una parte importante del tratamiento. Se suele extirpar solo la parte afectada del colon (colectomía parcial). El objetivo de la cirugía del cáncer rectal es preservar el esfínter rectal para que las personas puedan controlar sus movimientos intestinales cuando finalice el tratamiento. Pero esto no siempre es posible. Su proveedor de atención médica también puede recomendarle otros tratamientos cuando se recupere. Estas podrían incluir la radioterapia o la quimioterapia. Esta hoja lo ayudará a recordar cómo cuidarse después de la cirugía.

Siempre siga cualquier instrucción específica que le den los proveedores de atención médica. Comuníquese con ellos si tiene alguna pregunta.

## Actividad

Estas son las cosas que debe y no debe hacer:

- Levántese y muévase con frecuencia. Tome los analgésicos para sentirse bastante bien como para moverse.
- Con el tiempo aumente de a poco su actividad. Empiece con caminatas cortas en superficies planas.
- No levante nada que pese más de 2.25 kg (5 libras) ni use nada similar a una aspiradora o una cortadora de césped hasta que lo autorice su proveedor de atención médica.
- No conduzca hasta que el proveedor de atención médica le diga que puede hacerlo.
- Si hace un viaje largo en un automóvil, pare con frecuencia para caminar un poco.
- Pregunte a su proveedor de atención médica cuándo puede volver a su trabajo. Depende de la clase de trabajo que haga. Pero debería ser más o menos en 6 a 8 semanas después de la cirugía.

## Cuidados en el hogar

Sugerencias para cuidar de usted mismo:

- Si tiene un estoma (colostomía o ileostomía) cuídelo como se le haya indicado. Sus proveedores de atención médica le han mostrado cómo hacerlo antes de salir del hospital. Si no recibió una hoja de instrucciones específica sobre cuidados de colostomía, pida una. Asegúrese de saber cómo obtener los suministros que necesite.
- Dúchese cuando lo necesite. Pida a algún familiar o amigo que se mantenga cerca en caso de que necesite ayuda.
- Lave la herida suavemente con agua y jabón. Seque dando golpecitos suaves. No restriegue.

- Controle la herida todos los días. Advierta cualquier enrojecimiento, secreción, hinchazón o separación de la piel.
- Tome los medicamentos exactamente como se le ha indicado.
- No use ningún otro medicamento, vitaminas, suplementos ni hierbas a menos que el proveedor de atención médica lo autorice.
- Siga todos los consejos que le hayan dado en el hospital para la dieta y el consumo de líquidos.

## Seguimiento

Programe una cita de seguimiento según le indique nuestro personal.

## Cuándo llamar al proveedor de atención médica

Llame al proveedor de atención médica de inmediato si presenta alguno de los siguientes síntomas:

- Sangrado excesivo del estoma
- Sangre en las heces
- Heces muy duras
- Ausencia de gases o de heces
- Cambio en el color del estoma
- Piel abultada alrededor del estoma
- El estoma parece alargarse
- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o superior, o según le indique el proveedor de atención médica
- Escalofríos
- Enrojecimiento, hinchazón, sangrado o secreción de la herida
- Estreñimiento o diarrea
- Dolor al orinar o cambios en el color o el olor de la orina
- Náuseas o vómito
- Dolor que empeora o que no se alivia con los analgésicos
- Dolor, enrojecimiento, calor o hinchazón en un brazo o una pierna
- Falta de aliento o dificultad para respirar

Asegúrese de saber a quién puede contactar fuera del horario de atención del consultorio y los fines de semana o los feriados.