
Después de una derivación aortocoronaria

Usted tuvo una cirugía de derivación coronaria. En esta cirugía, se creó un nuevo conducto alrededor de una parte obstruida de los vasos sanguíneos del corazón, lo que permite que la sangre llegue al músculo cardíaco. Para restaurar el flujo de sangre, se usó un vaso sanguíneo sano de otra parte de su cuerpo (un injerto).

Actividad

- Hable con el proveedor de atención médica acerca de lo que puede o no hacer a medida que se recupera. Tendrá días buenos y malos. Esto es normal. Pero dígame al proveedor de atención médica si se siente deprimido, tiene dificultad para dormir o nota una disminución persistente del apetito. Aunque estos problemas son comunes después de la cirugía, pueden demorar su recuperación. Es importante buscar ayuda.
- Deje que otras personas conduzcan durante las primeras 6 semanas después de la cirugía.
- Pídale a una persona que esté cerca de usted mientras se ducha o hace otras actividades, en caso de que necesite ayuda.
- No use agua demasiado caliente cuando se ducha. Esto puede afectar la circulación y hacer que se maree.
- Pésese todos los días, a la misma hora y con el mismo tipo de ropa. Una buena manera de hacerlo es pesarse por la mañana cuando se levanta de la cama y después de orinar. Un aumento rápido del peso puede ser señal de un problema y requerir atención médica.
- Puede empezar a hacer trabajos livianos en su casa y jardín luego de 2 a 3 semanas de reposo. No levante nada que pese más de 2 kg (5 libras). El proveedor de atención médica le dará más detalles acerca de las restricciones para levantar peso. Hasta que se lo autorice el proveedor de atención médica, evite cortar el césped, pasar la aspiradora, conducir, levantar objetos pesados u otras actividades que puedan hacer que el esternón se esfuerce.
- Pregunte al proveedor de atención médica cuándo podrá volver al trabajo. Esto depende de la clase de trabajo que haga.
- Es posible que el proveedor lo derive a un programa de rehabilitación cardíaca. La rehabilitación cardíaca es un programa médicamente supervisado. Está diseñado para ayudar a la recuperación cardíaca y la capacidad de funcionamiento. Lo prepara para las actividades diarias en el futuro. Está supervisado por un cardiólogo y un equipo de proveedores de salud cardíaca. El programa puede durar de 6 semanas a más de un año. El objetivo de la rehabilitación cardíaca es ayudar a aliviar sus síntomas y hacer que su corazón esté lo más sano posible. El programa puede incluir ejercicios, clases para dejar de fumar, información sobre nutrición, asesoramiento, manejo del estrés y terapia ocupacional. En algunos casos puede hacerlo desde su hogar. Pregunte al proveedor si lo ayudaría asistir a un programa de rehabilitación cardíaca.



Alivio del dolor

Se recuperará más rápido después de la cirugía si el dolor se mantiene bajo control:

- No se sorprenda si siente dolores agudos mientras se cura su esternón, o si siente molestias en la incisión cuando hay cambios de clima.
- Informe al proveedor de atención médica si tiene preguntas acerca de cómo se siente, si los medicamentos no le alivian el dolor o si se siente peor de repente.

Cuidado de la incisión

Curarse le llevará varias semanas. Probablemente le quitarán los vendajes o apósitos del pecho antes de que regrese a casa. Si no es así, pregúntele al proveedor de atención médica cómo debe cuidar la herida después de que regrese a su hogar. Haga lo siguiente para cuidar su incisión:

- Si aún hay algún adhesivo que cubra la piel en la zona de la incisión, pregunte al proveedor cuándo puede quitarlo. Puede que se caiga por sí solo después de una semana.
- Limpie la incisión todos los días con agua corriente y jabón.
- Para secar el área de la incisión, dé palmaditas suaves.
- No use ningún talco, loción, pomada o aceite en la incisión hasta que esté bien curada, a menos que el proveedor se lo indique.
- Usar compresas frías puede reducir el malestar y la picazón. Es común que la incisión pique a medida que cicatriza. Pregúntele al proveedor cómo usar una compresa fría de manera segura.

Cambios en el estilo de vida

- Pregunte al proveedor de atención médica cuándo podrá comenzar con un programa de caminatas:
 - Si todavía no ha comenzado con un programa de caminata en el hospital, comience a hacer caminatas cortas (de alrededor de 5 minutos) en el hogar.

Sume un poco más cada día.

- Escoja un lugar seguro con una superficie plana, como un parque local o un centro comercial.
- Use calzado cómodo para evitar lesiones en las rodillas y los tobillos.
- Camine con otra persona. Es más divertido y lo ayuda a seguir haciéndolo.
- Tome los medicamentos exactamente como se le haya indicado. No omita ninguna dosis.
- Mantenga un peso saludable. Obtenga ayuda para perder el exceso de peso.
- Evite los alimentos grasosos o fritos. Coma solo carnes magras, como pollo o pescado.
- Reduzca el consumo de sal:
 - Limite el consumo de alimentos enlatados, secos, envasados y de preparación rápida.
 - No agregue sal a la comida en la mesa.
 - Cuando cocine, sazone las comidas con hierbas en lugar de sal.
- Deje el hábito de fumar. Inscribirse en un programa para dejar de fumar puede mejorar sus probabilidades de lograrlo.

Cuándo llamar al proveedor de atención médica

Llame al proveedor de atención médica de inmediato si nota cualquiera de estos síntomas:

- Dolor de pecho o reaparición de los síntomas que tenía antes de la cirugía
- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o superior, o según le indique el proveedor de atención médica
- Signos de infección (enrojecimiento, hinchazón, supuración, mal olor o calor) en el sitio de la incisión.
- Aumento de peso de más de 900 g (2 libras) en 1 día o más de 2 kg (5 libras) en 1 semana, o cualquier aumento de peso que el proveedor de atención médica le dijo que informara
- Aparición o aumento de hinchazón en las manos, los pies o los tobillos
- Dolor que no se alivia en el sitio de la incisión
- Pulso rápido, lento o irregular que se resuelve rápidamente
- Dolor abdominal persistente
- Náuseas, vómitos o estreñimiento
- Dificultad para orinar
- Sangrado que se controla con presión o que se detiene por sí solo

Cuándo llamar al 911

Llame al 911 si ocurre algo de lo siguiente:

- Dolor de pecho nuevo, inusual o que empeora
- Dolor que es típico de la angina y que no desaparece rápidamente con medicamentos o reposo
- Dolor de pecho nuevo, inusual o que empeora
- Dificultad para respirar nueva, inusual o que empeora
- Sangrado incontrolable de una herida
- Mareos o desmayos que no se revierten rápidamente al sentarse o acostarse
- Pulso persistente inusualmente rápido, lento o irregular