

---

# Instrucciones de alta para la cirugía de hemorroides

Le han realizado una cirugía para quitarle las hemorroides. Las hemorroides son venas hinchadas dentro y fuera del ano que son causadas por ejercer demasiada presión en el ano. Esto se debe a un esfuerzo excesivo por estreñimiento o por la presión durante el embarazo. La recuperación después de la cirugía puede demorar unas semanas o más.

## Cuidados en la casa

Usted puede experimentar algo de sangrado, secreción o comezón por un tiempo corto después de la cirugía. Esto es común. Una vez que esté en su casa asegúrese de hacer lo siguiente:

- Tome los analgésicos recetados en horario según las indicaciones. No omita dosis ni espere a que el dolor empeore, ya que entonces puede ser más difícil de aliviar.
- Tome baños de asiento. Llene una bañera o un recipiente para baños de asiento con tres pulgadas de agua tibia y siéntese allí durante 10 a 20 minutos, un par de veces al día y luego de cada evacuación.
- Evite forzar la evacuación (defecación). El esfuerzo aumenta la presión sobre el ano, que a su vez provoca hinchazón.
- Prevenga el estreñimiento:
  - Use un laxante o ablandador de heces según le indique el proveedor.
  - Coma más alimentos que contengan fibra. Por ejemplo, granos integrales, frutas y verduras.
  - Beba mucho líquido.
- Evite levantar objetos pesados o hacer actividades intensas durante una o dos semanas.
- De ser necesario, use supositorios y compresas, los cuales pueden ayudar a aliviar los síntomas.
- Evite conducir hasta que se pueda sentar y mover sin sentir dolor. Pídale a alguien que lo lleve a sus citas médicas, de ser necesario.
- Adopte buenos hábitos de evacuación. No ignore la necesidad de evacuar, pero evite pasar demasiado tiempo en el inodoro.

## Seguimiento

Programe una visita de control con su proveedor de atención médica, o según lo que se le haya indicado, para que revise cómo está sanando. Esta visita probablemente será entre una y dos semanas después de la operación.

## Cuándo llamar al proveedor de atención médica

---

Llame a su proveedor de atención médica de inmediato ante cualquiera de los siguientes síntomas:

- fiebre de 100.4 °F (38 °C) o más alta, o según le indique el proveedor;
- escalofríos;
- gran cantidad de secreción o sangrado del recto;
- problemas para orinar;
- no evacua los intestinos por más de 48 horas.