

Instrucciones de alta para la cirugía abierta de extirpación de la vesícula biliar (colecistectomía)

Le realizaron una cirugía para extirparle la vesícula biliar. Este procedimiento se llama colecistectomía. Se lo realizaron con la técnica de cirugía abierta. Esto quiere decir que le hicieron una incisión grande. Es posible que le hayan hecho una incisión de arriba a abajo (vertical). Esto se realiza en el medio del abdomen. O quizás le hicieron una incisión transversal. Esta se realiza en la parte superior derecha del abdomen, por debajo de las costillas.

Puede llevar una vida plena y sana sin su vesícula biliar. Significa que puede seguir comiendo los alimentos y haciendo las actividades que disfruta. Más abajo encontrará pautas de cuidados en el hogar después de la cirugía.

Cuidados en el hogar

Cómo cuidarse en su casa:

- Descanse mucho. No se preocupe si se siente cansado durante las primeras dos semanas después de la operación. Es común sentir fatiga. Tome una siesta cuando se sienta cansado.
- Lávese cuidadosamente la piel cercana a la incisión con agua y un jabón suave todos los días. Después de la cirugía, espere un día para ducharse, a menos que el proveedor de atención médica le indique lo contrario.
- Si tiene una gasa sobre la incisión, cámbiela todos los días o con la frecuencia necesaria para mantenerla seca y limpia.
- Siga su alimentación normal. Pero no consuma comidas grasosas ni muy condimentadas durante algunos días. Muchos cirujanos recomiendan seguir una dieta con bajo contenido de grasas durante el primer mes después de la cirugía. No coma alimentos fritos durante este período.
- Puede caminar por la casa, hacer trabajo de oficina, subir escaleras o viajar en automóvil si se siente capaz de hacerlo.
- Pídale a alguien que lo lleve a sus citas médicas durante la semana siguiente a la operación. No conduzca hasta que no deje de tomar los analgésicos. Asegúrese de que pueda pisar el freno sin demora.
- No practique ningún deporte ni haga actividad física intensa durante cuatro semanas.
- No levante nada que pese más de 4.5kg (10 libras) durante 4 semanas después de la cirugía.
- Consuma más alimentos ricos en fibra y use un ablandador de heces si tiene estreñimiento. Los analgésicos pueden causar estreñimiento. Consulte con el proveedor si necesita más ayuda.
- No se siente en una bañera, en una piscina ni en una bañera de hidromasaje hasta que el proveedor de atención médica le indique que puede hacerlo. Espere hasta que se

cierre la incisión. También espere hasta que le quiten todas las sondas quirúrgicas (drenajes).

Seguimiento

Programe una visita de control con el cirujano según le indiquen. Llame al proveedor de atención médica si los siguientes síntomas no desaparecen durante la semana siguiente a la operación:

- Cansancio extremo (fatiga)
- Dolor en la zona de la incisión
- Diarrea o estreñimiento
- Pérdida del apetito

Cuándo llamar a su proveedor de atención médica

Llame enseguida a su proveedor de atención médica si presenta alguno de los siguientes síntomas:

- Color amarillento en la piel y los ojos (ictericia)
- Escalofríos
- Fiebre de 100.4 °F (38.0 °C) o superior, o según le indique el proveedor
- Enrojecimiento o hinchazón en la incisión
- Supuración o mal olor proveniente de la incisión
- Dolor en la incisión que empeora
- Orina de color oscuro o de color óxido
- Heces de color claro en lugar de color marrón
- Malestar estomacal (náuseas) y vómitos
- Dolor de estómago en aumento
- Sangrado por el recto
- Problemas para respirar o falta de aliento
- Hinchazón en las piernas