
Instrucciones de alta para la reparación abierta de hernia

Le realizaron un procedimiento llamado reparación abierta de hernia. Una hernia es un desgarró o debilidad en la pared abdominal. Esto hace que los órganos internos sobresalgan por la pared muscular o el tejido que normalmente los mantiene en su lugar. Es posible que usted haya nacido con este punto débil. O también pudo ser causado por el desgaste y deterioro que provoca la vida diaria. Las hernias pueden empeorar con el tiempo o debido al esfuerzo físico. Pero la cirugía puede ayudar a reparar esta debilidad y eliminar los síntomas.

Actividad después de la cirugía

Las siguientes recomendaciones lo ayudarán en su recuperación:

- Después de la cirugía, descanse durante el resto del día. Si recibió anestesia general, no opere maquinaria ni use herramientas eléctricas, no beba alcohol ni tome decisiones importantes, por lo menos, durante las primeras 24 horas.
- No conduzca mientras tome analgésicos opioides. Tampoco conduzca hasta que sea capaz de apretar el pedal del freno sin dudarlo.
- Pida a otras personas que la ayuden con las tareas y diligencias mientras se recupera.
- No levante objetos que pesen más de 4.5 kg (10 libras) hasta que el proveedor de atención médica lo permita.
- No corte el césped, no pase la aspiradora ni realice tareas que requieran esfuerzo hasta que el proveedor de atención médica se lo permita.
- Camine tan seguido como le sea posible.
- Continúe con los ejercicios de tos y de respiración profunda que aprendió en el hospital.
- Pregunte al proveedor de atención médica cuándo puede volver al trabajo.
- Prevenga el estreñimiento:
 - Coma frutas, verduras y granos integrales.
 - Beba entre 6 y 8 vasos de agua por día, a menos que le indiquen lo contrario.
 - Utilice un laxante o un ablandador de heces suave según las instrucciones del proveedor de atención médica.

Cuidado del apósito y de la incisión

Siga los siguientes consejos:

- No deje que se mojen las vendas ni la herida durante las primeras 48 horas.

- Si usaron tiras de cinta para cerrar la incisión, no las despegue. Deje que se desprendan por sí solas.
- Quite las vendas de gasa al cabo de 48 horas.
- Lávese la incisión con agua y jabón suave. Séquela dando toques suaves. No use aceites, talcos ni lociones sobre su incisión. Tampoco la deje en remojo ni tome baños de tina hasta que su proveedor de atención médica se lo permita.

Visita de seguimiento

Vaya a todas las visitas de seguimiento durante la recuperación. Estas visitas permitirán al proveedor de atención médica revisar su progreso y asegurarse de que se esté recuperando bien. También es posible que tenga que quitarle las suturas, las grapas o las vendas. Durante estas visitas, informe al proveedor de atención médica si tiene síntomas nuevos. No dude en hacerle cualquier pregunta que tenga.

Cuándo llamar a su proveedor de atención médica

Llame de inmediato a su proveedor de atención médica en cualquiera de los siguientes casos:

- Mucha hinchazón o amoratamiento (es común que haya un poco de hinchazón y amoratamiento en los testículos)
- Sangrado
- Aumento del dolor
- Aumento del enrojecimiento o de la secreción en la incisión
- Fiebre de 100.4 ° F (38.0 °C) o superior, o según le indique el proveedor de atención médica
- Escalofríos
- Dificultades para orinar
- Vómitos o náuseas persistentes
- Tos persistente
- Dificultad para respirar o falta de aire
- Hinchazón en las piernas