

Instrucciones de alta para la tiroidectomía

Le han hecho una cirugía llamada tiroidectomía. Esto significa que le quitaron una parte o toda la glándula tiroidea. La función principal de esta glándula es producir la hormona tiroidea. Dicha hormona controla el metabolismo del cuerpo. Es la forma de su cuerpo de generar y usar energía. Cuando le extirpan la glándula tiroidea, le quitan la fuente de hormona tiroidea. Por eso, después de la cirugía, tendrá que tomar pastillas con hormona tiroidea todos los días. Eso lo ayudará a mantener estable el nivel de hormona tiroidea en su cuerpo.

Recupérese después de la cirugía

- Descanse bastante.
- Cuide el sitio de la incisión según las indicaciones.
- No levante objetos pesados ni haga actividad física intensa durante tres a cinco semanas.
- Camine unas cuantas veces al día. Pero no se exija demasiado. De a poco, aumente la velocidad y la distancia de las caminatas, en la medida de lo posible.
- Vuelva al trabajo cuando su proveedor de atención médica se lo permita.
- Lleve una tarjeta en su cartera con:
 - Su nombre e información de contacto
 - El nombre y la información de contacto de su proveedor
 - El nombre de su enfermedad y el tipo de cirugía o tratamiento que recibió
 - La marca y la dosis del medicamento que toma

Toma de medicamentos para la hormona tiroidea

- Tome su medicamento según le hayan indicado.
- Use un pastillero marcado con los días de la semana. Esto lo ayudará a recordar si tomó el medicamento cada día.
- Tome los medicamentos con un vaso entero de agua. Intente no comer ni tomar otro medicamento durante, al menos, una hora después de tomar la pastilla o cuatro horas antes de hacerlo. La pastilla debe llegar al estómago sin disolverse en la garganta.
- Intente tomar los medicamentos con los mismos tipos y cantidades de comida y bebida todos los días. Esto ayuda a controlar la cantidad de hormona tiroidea en su cuerpo.
- Despues de tomar los medicamentos:
 - Espere cuatro horas antes de comer o beber algo que contenga soja.
 - Espere cuatro horas antes de tomar determinados medicamentos. Por ejemplo:

- Suplementos de hierro
- Suplementos de calcio
- Antiácidos que contengan calcio o hidróxido de aluminio
- Medicamentos para disminuir el nivel de colesterol
- No deje de tomar los medicamentos, incluso aunque quede embarazada. Es posible que le aumenten la dosis durante el embarazo.
- Nunca deje de tomar los medicamentos por su cuenta.

Asista a las visitas médicas.

- Visite a su proveedor de atención médica de manera regular. Las visitas médicas son necesarias para revisar su estado de salud.
- Hágase análisis de sangre de rutina. Sirven para controlar el nivel de la hormona tiroidea en su cuerpo. Así, su proveedor sabrá si debe ajustarle la dosis del medicamento, de ser necesario. En general, estos análisis se hacen una vez cada seis semanas. Más adelante, es posible que necesite análisis de sangre solo una vez al año.
- Después de la cirugía, deberán controlarle los niveles de calcio, sobre todo si le extirparon toda la glándula tiroidea o gran parte de ella.
- Informe a su proveedor sobre cualquier otro signo de problemas en la glándula tiroidea.
- Los signos que indican el exceso de hormona tiroidea en el cuerpo incluyen los siguientes:
 - Inquietud
 - Pérdida acelerada de peso
 - Sudoración
 - Palpitaciones
- Los signos que indican la escasez de hormona tiroidea en el cuerpo incluyen los siguientes:
 - Cansancio extremo (fatiga) o lentitud
 - Hinchazón en las manos, la cara o los pies
 - Piel seca, áspera o fría
 - Ronquera
 - Dolor muscular
 - Pulso lento (menos de 60 latidos por minuto)
 - Aumento del sangrado menstrual (en mujeres)

Cuándo debe recibir atención médica

Llame al proveedor de atención médica inmediatamente si usted presenta cualquiera de los siguientes síntomas:

- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o más alta, o según le indique el proveedor.
- Hinchazón o sangrado en el sitio de la incisión
- Sensación de atragantamiento
- Dificultades para respirar
- Dolor de garganta que dura más de siete días
- Hormigueo o calambres en las manos, los pies o los labios
- Ronquera que no mejora o que empeora