

# Colecistectomía: Regreso a Casa

Es normal sentirse débil y cansado después de una colecistectomía.

Quizá su abdomen esté inflamado, que tenga gas o diarrea o que necesite eructar mucho.

Tal vez también tenga dolor de hombro, depende de la cirugía.

Puede tardar varias semanas o más el sentirse mejor.

Siga todas las instrucciones que le den sobre la actividad, dieta o medicamentos.

Le damos unos consejos para ayudarlo a evitar problemas.

Descanse bastante.

Pero debe ser activo también, como haciendo caminatas cortas.

Trate de aumentar su actividad conforme se sienta mejor.

Durante su recuperación siga las instrucciones sobre conducir. Evite actividades fuertes o levantar cosas.

Puede ser útil si come más seguido porciones más pequeñas.

Si tiene malestar estomacal, trate de comer alimentos poco condimentados y bajos en grasa por un tiempo - como arroz simple, pollo hervido, pan tostado y yogurt.

Coma suplementos de fibra o alimentos que sean buena fuente de fibra.

Cosas como manzanas, zanahorias, papas, nueces, frijoles y granos enteros.

Asegúrese de beber suficientes líquidos. Beba agua si tiene sed.

Siga las instrucciones que le den sobre el cuidado de sus incisiones, y cuándo puede bañarse en tina o ducharse.

Esté atento para notar cualquier problema, y llame a su doctor si nota sangrado o se abre una incisión.

Llame si tiene síntomas de una infección, como aumento de dolor, inflamación, calor, enrojecimiento; líneas rojas o pus que sale de la herida o fiebre.

Llame a su doctor si tiene alguna duda.

Cuidándose después de una cirugía, ayuda a evitar problemas y sanar más rápido.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.

**healthclips**<sup>®</sup>