

# Histerectomía: Regreso a Casa

Va a tomar tiempo para que se recupere de una histerectomía.

Puede ayudar saber lo que sucederá y que puede hacer para que su cuerpo se recupere sin problemas.

Después de una cirugía abdominal, la mayoría de las personas necesitan entre 4 y 6 semanas para recuperarse.

La recuperación es más rápida después de una cirugía vaginal o si su doctor realiza la operación con un laparoscopio.

Los primeros días, después de la cirugía va a tener algo de dolor.

Si no está tomando analgésicos recetados, pregúntele a su doctor si puede tomar medicina de venta libre.

Si su doctor le recetó un analgésico, tómelo de la manera indicada.

Es importante que no maneje mientras toma analgésicos.

Espere sentirse mejor y que ya no necesite medicina para el dolor.

Almacene su medicina recetada en un lugar fuera del alcance de los demás.

Cuando ya no los necesite, debe deshacerse de ellos rápidamente de manera segura.

Tal vez su farmacia local o el hospital tengan un lugar donde depositarlos.

Varias semanas después de la cirugía, tal vez note que su abdomen está inflado y con gases, y que tenga sangrado y flujo vaginal.

Al principio, tal vez note cambios en el flujo de orina y la frecuencia con que orina. Puede usar toallas sanitarias, pero no use tampones.

Evite darse duchas vaginales y hable con su doctor sobre cuándo puede volver a tener relaciones sexuales vaginales.

Puede bañarse cuando regrese a casa, pero siga las indicaciones de su doctor sobre cuándo puede bañarse en tina.

Dependiendo del tipo de cirugía que haya tenido, tal vez se sienta cansada por varias semanas.

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.



# Histerectomía: Regreso a Casa

Es importante tener un equilibrio entre el descanso y la actividad.

Permítase descansar y tomar una siesta.

Y pídale a otros que le ayuden en casa.

Trate de caminar un poco más cada día.

El movimiento es muy importante.

Ayuda a prevenir la formación de coágulos, y puede ayudar con el estreñimiento, que puede ser un problema después de la cirugía.

Hasta que se sienta mejor, no debe moverse muy rápido ni levantar nada pesado.

Esto incluye usar la aspiradora, levantar una bolsa pesada o un niño.

Su doctor le dirá cuándo puede volver a hacer sus actividades diarias y a su rutina.

Dependiendo del tipo de cirugía que le hayan hecho, tal vez tenga uno o más cortes -incisiones- en el vientre.

Si tiene un vendaje sobre la incisión, puede quitárselo en 1 o 2 días.

Si tiene tiras adhesivas, puede quitarlas con cuidado en una semana.

Después de quitar sus vendajes, tendrá que limpiar las incisiones a diario con agua calientita y jabón en la regadera.

Para secar la incisión, debe hacerlo a palmaditas con una toalla limpia.

Si su ropa roza una incisión, o si sale líquido, cúbrala con gasa.

Después cambie el vendaje diario.

Y asegúrese de estar atenta a cualquier problema, y hable con su doctor si tuviera preguntas o alguna preocupación.

Los problemas incluyen cosas como: aumento de sangrado o flujo vaginal; dolor nuevo o que empeora en la pelvis o abdomen; síntomas de que se ha infectado una incisión, como aumento de dolor, inflamación, calor en el área, o enrojecimiento, líneas rojas que salen de la herida, o fiebre.

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.



# Histerectomía: Regreso a Casa

También debe llamar o ir al departamento de emergencia si tiene señales de un coágulo de sangre, como dolor en la pantorrilla, detrás de la rodilla, muslo, ingle, o inflamación, enrojecimiento e en la pierna o ingle.

Y debe llamar al doctor o ir al departamento de emergencia si tiene cambio de color en la piel en la pierna o ingle.

El color podría estar enrojecido o morado, dependiendo de su color normal de piel.

Podría parecer mucho, pero todo esto es importante.

Puede ayudarla a sanar y evitar una hospitalización.

Y si tuviera preguntas, recuerde que puede llamar a su doctor.