

# Mastectomía por Cáncer de Mama: Regreso a Casa

Su cuerpo necesita tiempo para recuperarse después de una mastectomía.

Puede tomar varias semanas, o más tiempo -volver a su rutina diaria

El tiempo que necesite para recuperarse dependerá de su situación y el tipo de cirugía que haya tenido.

Estos son unos consejos que puede aplicar para ayudar a sanar y evitar problemas.

Los primeros días, después de la cirugía, se sentirá cansada y adolorida.

Quizá también sienta tirones o que algo se estira al mover el brazo

Descanse cuando necesite hacerlo y trate de dormir suficiente.

Se sentirá más cómoda si duerme del lado opuesto de la operación o boca arriba.

Puede usar una almohada como apoyo.

Y tal vez tenga alrededor del pecho una venda especial, llamada faja.

Puede ser útil para aliviar la inflamación y el dolor.

Su doctor le dirá cuánto tiempo tiene que dejarla puesta.

También tendrá uno o dos tubos, llamados drenajes, en el área donde le hicieron la cirugía.

Acumulan el líquido.

Antes de salir del hospital le darán instrucciones sobre cómo cuidar su incisión y sus drenajes.

Asegúrese de mantener el vendaje limpio y seco.

Siga las instrucciones de su doctor sobre cuándo puede bañarse en tina o regadera.

Tal vez su doctor le recete un analgésico y un antibiótico.

Tome sus medicamentos exactamente de la manera indicada.

Si tuviera problemas con los medicamentos, hable con su doctor.

Algunas medicinas causan que sea peligroso manejar.

Su doctor le dirá cuándo puede volver a hacerlo sin riesgo.

This program is for informational purposes only. Publisher disclaims all guarantees regarding the accuracy, completeness, or suitability of this video for medical decision making. For all health related issues please contact your healthcare provider.



# Mastectomía por Cáncer de Mama: Regreso a Casa

Le hace bien si camina.

Ayuda a prevenir los coágulos de sangre y otros problemas, como estreñimiento.

Trate de caminar un poco más cada día.

Aprenderá unos ejercicios ligeros para ayudar a prevenir la inflamación y rigidez del brazo.

Mientras sana, deberá tener cuidado con la parte superior del cuerpo.

No levante nada pesado, como una mascota, un niño, o una bolsa pesada.

Y evite actividades arduas que requieren la parte superior del cuerpo, como andar en bicicleta, correr, levantamiento de pesas y algunos quehaceres en casa.

Pregúntele al doctor cuándo puede volver a sus actividades normales.

Y recuerde, su doctor le dirá cuándo puede volver a manejar.

Mientras se recupera, necesitará estar atenta a cualquier problema.

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

Debe llamar a su doctor si tiene otros problemas como dolor que empeora o es nuevo, inflamación repentina de su brazo, mano o dedos de la mano, o sangre color rojo vivo que empapa el vendaje.

Podría parecer mucho, pero todo esto es importante.

Puede ayudarla a sanar y evitar una hospitalización.

Si tiene alguna pregunta o inquietud, recuerde que puede llamar a su doctor.