



CIRUGÍA DE SENOS INSTRUCCIONES POSTOPERATORIAS

Inmediatamente después de la cirugía

Debe venir para su primera visita postoperatoria con nuestro personal el día después de la cirugía.

Su segunda visita postoperatoria será con un cirujano dentro de una semana después de su cirugía.

Un adulto responsable mayor de 18 años debe llevarlo/a a su casa. Esta persona debe aceptar quedarse con usted la noche de la cirugía y los próximos días para asegurarse de que lo supervisen.

El peso máximo permitido para levantar es de 5 libras durante 6 semanas.

Beba agua después de la cirugía. Debe consumir al menos 6-8 tazas de agua (8 onzas cada una).

No tome ningún producto de tipo aspirina durante 4 semanas después de la cirugía. **SÓLO** use el medicamento recetado por el doctor o Tylenol.

No está permitido tomar suplementos herbales o vitaminas/medicamentos de venta libre durante 2 semanas antes y 2 semanas después de la cirugía. Estos pueden causar sangrado.

Solo se le permite tomar un solo multivitamínico al día.

Evite doblar la cintura. No vacíe el lavavajillas, lave ropa, trapee/barra/aspire su casa ni realice ninguna otra actividad. a. Debe descansar tranquila y cómodamente durante las primeras 24 horas después de la cirugía.

Trabajo:

Espere estar de licencia al menos 5-7 días si está empleado. si. Limite TODAS las actividades durante la primera semana después de su procedimiento.

AÚN ASÍ DEBE COMENZAR A CAMINAR la noche de la cirugía. El reposo en cama por sí solo no está permitido. Debe levantarse de la cama al menos 5 veces al día y caminar.

Siga una dieta líquida durante el primer día después de la cirugía y pase a una dieta blanda durante los siguientes 2 días, seguido de una dieta regular.

No tome medicamentos narcóticos para el dolor (oxicodona) sin tener algo de comida en el estómago. De lo contrario, puede causar náuseas y vómitos.

Tome un ablandador de heces de venta libre dos veces al día (Colace, por ejemplo, 100 mg BID) mientras toma medicamentos narcóticos para el dolor.

Sujetador:

Use un sostén deportivo de algodón que tenga el velcro en la parte delantera para evitar tener que estirar los brazos a lo largo de la espalda y causar lesiones en las heridas.

NO use ningún sostén con aros durante 8 semanas después de la cirugía.

Ducharse:

Comience a ducharse 24 horas después de la cirugía y hágalo una vez al día.

Use agua y jabón en todas las incisiones con un movimiento circular suave y seque. No frote las heridas agresivamente.

Deje las tiras esterilizadas puestas mientras se ducha. Se caerán solas con el tiempo o el cirujano las retirará en la clínica.

Si las tiras Steri no comienzan a caerse después de 3 semanas, puede retirarlas en la ducha. Moje las tiras Steri y una vez que el adhesivo se debilite, puede tirar lentamente de las tiras Steri.

No puede sumergirse en una bañera, piscina, océano, sauna, jacuzzi, bañera de hidromasaje hasta 6 semanas después de la cirugía.

No coloque ningún ungüento sobre las tiras steri. Nunca use alcohol o peróxido de hidrógeno, ya que mata el tejido sano.

No use almohadillas calientes sobre las heridas.

Dormir:

Duerma con la espalda en 2-3 almohadas las primeras 5 noches para disminuir la hinchazón en los senos.

También puede dormir en un sillón reclinable.

Use un sostén deportivo de algodón cómodo para soporte.

Puede volver a dormir en una posición normal después de 5 días, pero evite dormir boca abajo ejerciendo presión sobre sus senos e incisiones durante 2 semanas más.

Cuidado postoperatorio a largo plazo

No se le permite viajar en bote, avión, crucero, tren, automóvil y/o cualquier forma de transporte desde Miami, FL por un total de 5 días como mínimo.

No puede tener relaciones sexuales durante 2 semanas. Después de ese período continúe teniendo cuidado por 2 semanas más.

No conduzca durante 5-7 días después de la cirugía o hasta que su cirujano la autorice. No conduzca mientras toma medicamentos narcóticos para el dolor (por ejemplo: oxicodona).

Todas las suturas son solubles y no necesitan ser removidas.

No se permite fumar 6 semanas antes y 6 semanas después de la cirugía. Lo más recomendable es no fumar en absoluto.

No tome alcohol por 2 semanas después de la cirugía hasta que haya dejado todos los medicamentos para el dolor.

No se someta a ningún procedimiento dental durante 1 mes después de la cirugía para evitar infecciones.

Evite toda exposición de sus heridas directa al sol durante 8 semanas después de la cirugía. a. Comience a usar protector solar 10 días después de la cirugía (o una vez que se hayan quitado las tiras estériles) todos los días y use durante 1 año para minimizar las cicatrices.

Después de 8 semanas, puede exponerse a la luz solar directa si aplica protector solar con FPS 50 o superior y vuelve a aplicarlo cada hora.

Es NORMAL tener hematomas e hinchazón en los senos. Esto mejorará gradualmente durante las siguientes semanas.

*Estas instrucciones no están destinadas a cubrir todos los posibles problemas que puedan surgir. El buen juicio de su parte es esencial para un buen resultado.

Para obtener resultados óptimos de cicatrización, el Dr. Zuriarrain recomienda que compre nuestro Sistema de Terapia de Silagen Scar y comience a usarlo 2 semanas después de la operación. Por favor, pregunte a uno de nuestros miembros del personal para más detalles.

Comuníquese con el consultorio si tiene un dolor intenso que no responde a la medicación, las incisiones muestran signos de infección, como enrojecimiento que se extiende desde la incisión a la piel adyacente y es extremadamente sensible o si desarrolla escalofríos y/o fiebre. Por favor tome su temperatura con un termómetro. Una fiebre clínicamente significativa es una temperatura de 102 grados Fahrenheit o más.

En caso de emergencias:

Para cualquier emergencia fuera del horario laboral, llame al 786-804-1603 para asistencia inmediata. Si tiene una emergencia que pone en peligro la vida, llame al 911.

Llame a nuestra oficina antes de planear ir a ver a alguien más después de la cirugía para incluir la sala de emergencias o cualquier otro médico.

En caso de una emergencia, vaya a:

Baptist Hospital 8900
North Kendall Miami, FL
33176 786-596-1960

South Miami Hospital 6200
SW 73 Street South Miami, FL 33143

786-662-4000

Larkin Hospital 7031
SW 62nd Avenue South Miami, FL
33143 (305) 284-7500