



INSTRUCCIONES POSTQUIRURGICAS DE CIRUGIA DE HEMORROIDE, FISURA ANAL Y/O FISTULA ANAL

1. Tú dieta debe ser con abúndate fibra (linaza en polvo una o dos cucharadas disuelta en un vaso de agua cada mañana), usa abundante fruta y verdura. Evitar condimentos, chile, irritantes, tabaco, café y alcohol.
2. Debe consumir al menos 2.5 litros de agua durante el día.
3. A partir del segundo día de tu cirugía No permanezcas acostado todo el día, levántate para tomar un baño, para comer tus alimentos. Camina y has tus actividades los más cercano a hacer tus actividades cotidianas.
4. Solo has actividad física moderada, sin levantar nada pesado, no correr, no esfuerzo o agitarse.
5. A partir de tú alta del hospital debes de hacer baños de asiento con agua tibia (sin ponerle nada), 3 veces al día y después de evacuar. Para tú aseo, también puedes usar una regadera con extensión y aplicar algunos minutos con agua tibia y sin tanta presión. Al secarte usa una toalla y hazlo de forma gentil, o con papel higiénico con palmaditas, o puedes usar una secadora sin que este muy cerca de la piel, para que no se sienta muy caliente y evites lastimar tu piel.
6. Al defecar no te limpies con papel de baño, lávate en la regadera después de evacuar solo dejando que el agua te enjuague.
7. No uses toallas húmedas para asearte.
8. Es normal tener salida de una secreción en el sitio quirúrgico, la cuál va a ir disminuyendo su presencia después del paso de los días.
9. Si existe sangre escasa es normal, de ser muy abúndate comunícate con tú médico tratante (abundante es 250ml de sangre).
10. Puede colocar gasa o toalla femenina entre los glúteos para no manchar tu ropa interior, aunque si le esto te resulta incómodo no es necesario.
11. Se puede elevarse tú temperatura corporal los primero tres días, teniendo fiebre en los primeros días, si se presenta después de más de tres días debe comunicarte con tú médico tratante.
12. El dolor es normal sobre todo muy molesto al evacuar y algo incomodo el resto del tiempo, pero lo tendrás controlado, e irá disminuyendo con medicamentos y con el paso de los días.
13. No debes usar almohada de dona.
14. Debes de evacuar en un lapso de no más de 72hrs a partir de tú cirugía, si no evacuas comunícate con tú médico tratante.
15. Su primera cita después de la cirugía debe ser en una semana, habla al consultorio de tú médico y anticipáte en agendarla.
16. En caso de dudas o manifestar algún dato de alarma o tener alguna urgencia siempre contacta a tú médico tratante.