

# CUIDADOS POSTOPERATORIOS HERNIA

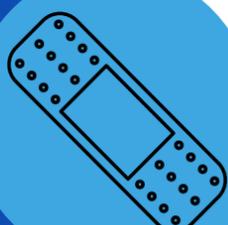
## Alimentación

Dieta blanda, de fácil digestión. Evitar grasas, chile, café, leguminosas. Todos los alimentos cocidos. Durante los primeros 10 días después de la operación. Después hay que mantenerse delgado. La obesidad favorece la formación de hernias.



## Lavado de la herida

Lavado diario con agua y jabón. No aplicar alcohol ni otros productos de curación. Cubrir para que las suturas no se enreden con la ropa.



## Evitar estreñimiento

Los primeros 2 días es normal tener retraso en evacuar, hay que ser paciente y tomar Senokot regular cada 8 horas hasta tener evacuaciones suaves. Modular la dosis de acuerdo a su caso específico. Un mes.



## Medicamentos

Es normal presentar dolor después de una cirugía. Para hacer más fácil el proceso tomar el analgésico indicado. El antibiótico ayudará a prevenir infección en la herida.



## Caminar, subir y bajar escaleras

Es muy importante que después de su operación se mantenga en movimiento. Caminar, subir y bajar escaleras dentro del hogar. Realizar sus comidas en el comedor.



## Cita de seguimiento

Acudir a su primera cita de seguimiento a los 10 días después de su operación. Hay que mandar mensaje de WhatsApp para agendar esta revisión.



## No cargar objetos pesados

No cargar objetos de más de 7 kg por un periodo de 3-6 meses después de su operación. Lo puede predisponer a que regrese la hernia si no permite usted la cicatrización adecuada de la cirugía.



## Uso de suspensorio (inguinal) o faja (umbilical)

Utilizar suspensorio por 3-6 meses (de acuerdo a indicación de la Dra Kinacú o de su faja de abdominoplastia (hernias de pared o umbilicales) para proteger su cirugía-



Dra.  
Kinacú

Contáctanos

☎ 55 7761 6176

✉ kinacu@hotmail.com

