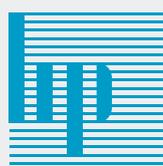




Indicaciones y Recomendaciones a tener en cuenta luego de una cirugía cardiovascular

SERVICIO DE
CIRUGÍA CARDIOVASCULAR



 **HOSPITAL
PRIVADO**
UNIVERSITARIO DE CORDOBA

SERVICIO DE CIRUGÍA CARDIOVASCULAR

CIRUGÍA CARDIOVASCULAR

Esta guía es una atención del Servicio de Cirugía Cardiovascular del Hospital Privado y tiene la intención de responder preguntas tanto a pacientes como a sus familiares sobre la evolución luego de determinados procedimientos. De cualquier manera siempre debe seguir las instrucciones de su médico si es que difieren en alguna forma con las descriptas a continuación.

Usted es único y se recupera de un procedimiento quirúrgico específico (By Pass, Reemplazo Valvular, Trasplante Cardíaco, etc.) según el tipo de cirugía y su capacidad de recuperación. Sin embargo, a pesar de estas diferencias podemos enumerar algunas generalizaciones en todos los pacientes.

ES NORMAL...

- No tener mucho apetito. Lleva varias semanas que el apetito vuelva por completo. Algunos pacientes refieren disminución o ausencia del mismo, e incluso náuseas, por varios días luego de la cirugía.
 - Tener hinchazón o edema en sus piernas, especialmente si su cirugía incluyó extracción de alguna vena del miembro. La elevación de la pierna afectada suele ser de gran ayuda. Utilice vendas elásticas si le fueron prescritas.
 - Tener dificultad para dormir por las noches, sobre todo para conciliar el sueño, o en algunas oportunidades despertar a media noche. Tomar algún ansiolítico (indicado por su médico) antes de acostarse puede ayudarlo.
 - Tener problemas de constipación. Puede en este caso agregar más fibras, frutas y jugos en su dieta y consultar a su médico para la prescripción de laxantes.
 - Tener cambios de humor o sentirse deprimido. Usted puede tener buenos y malos días. No se desaliente, mejorará.
 - Tener un bulto por encima de su esternón. No se preocupe, el mismo desaparecerá.
 - Experimentar dolores musculares u opresión sobre hombros o espalda. Estos síntomas mejoran a través de los días con su recuperación y medicación analgésica.
 - Tener temperatura por debajo de los 38°C. Si usted presenta dos o más picos por encima de dicho valor, o episodios de malestar acompañados de escalofríos, consulte por Guardia externa.
 - Notifique a su médico si nota en su esternón un ruido de "clic" en los primeros días luego de la cirugía. Esto debería ser raro luego de varios días y suele desaparecer luego de varias semanas. Si empeora consulte a su cirujano.
-



CUIDADOS DE LA HERIDA

- Luego del alta se le indicará curar su herida diariamente con agua y jabón al menos una vez por día, y solución de Pervinox una vez más.
- Evite raspar con demasiada fuerza sobre la misma.
- Evite la exposición al sol durante el primer año luego de la cirugía, para no generar hiperpigmentación de la herida.
- No aplique lociones, aceites ni cremas sobre la misma hasta que su cirujano se lo indique.
- Revise su herida diariamente y notifique a su cirujano si nota:
 - 1) Aumento de enrojecimiento o secreción.
 - 2) Aumento de temperatura.

CUIDADOS EN LA HERIDA DE SU PIERNA

Si a usted le extrajeron una vena de la pierna para la realización de By Pass siga las siguientes indicaciones:

- Evite cruzar las piernas para no empeorar su circulación.
- Evite sentarse o mantener una posición por tiempo prolongado.
- Cuando esté sentado eleve la pierna sobre un almohadón o superficie blanda por encima de la cintura.
- Revise su herida diariamente. Si nota hinchazón o edema no se alarme, elevar la pierna lo ayudará. Si nota que no mejora con los días, consulte a su cirujano.
- El uso de vendas elásticas, sobre todo durante el día y al estar de pie, lo ayudará a disminuir el edema. Retíreselas durante la noche y lávelas antes de usarlas de nuevo para proteger la herida de cualquier infección.

Lleva aproximadamente de 4 a 6 semanas una completa recuperación. Recuerde tomar toda su medicación previamente indicada por su cirujano. No olvide realizar toda actividad terapéutica indicada previo al alta por fisioterapeutas.



MEDICACIÓN

Su cirujano le dará algunas recetas médicas antes del alta hospitalaria. Tome su medicina exactamente como su médico le indicó. Haga una lista de los mismos con dosis y cuando tomarlas.

Reacciones adversas

Es importante entender que los medicamentos pueden tener reacciones adversas. Si usted presenta alguno de los siguientes efectos, consulte a su médico:

- Náuseas, vómitos, diarrea, constipación o dolor abdominal.
- Mareos.
- Pulso extremadamente alto o bajo.
- Erupción, enrojecimiento en la piel.

ACTIVIDADES

Deténgase inmediatamente si usted siente falta de aire, nota pulso irregular, mareos o dolor de pecho. Descanse hasta que los síntomas desaparezcan. Si no alivia en 20 minutos, consulte por Guardia externa.

Escaleras

- Usted puede subir escaleras cuidadosamente, tómese un descanso si se siente cansado.
- No utilice sus brazos para escalar. Realice la fuerza con las piernas.

Duchas

- Evite baños prolongados, sumergirse en agua hasta que la herida haya cicatrizado.
- Evite agua extremadamente caliente.

Sexual

- Puede tener relaciones sexuales cuando se sienta cómodo con las mismas.

Caminata

- Es una de las mejores formas de ejercicio ya que incrementa la circulación a través del cuerpo y al músculo cardíaco. Es importante aumentar la actividad gradualmente.
- Si se siente cansado, pare y descanse.
- Es importante dividir la actividad física a lo largo del día y no realizar todo en un solo momento.

Guía de ejercicios

- Deténgase si comienza con falta de aire, mareos, calambres en piernas, fatiga o dolor de pecho. Consulte por Guardia externa.

Recuerde!!! El comienzo de una actividad física regular (tenis, fútbol, etc.) puede requerir la realización de estudios previos como SPECT, Ergometría, etc.



Esfuerzos

- No debe realizar tareas pesadas hasta que la herida haya sanado.
- Evite levantar objetos o personas durante al menos 5 semanas luego de la cirugía.

Trabajo

- La mayoría de los pacientes se sienten bien para trabajar luego de 6 - 12 semanas luego de la cirugía.
Consulte a su cirujano antes de volver a trabajar.

Vestimenta

- Utilice ropa cómoda, que no apriete la herida ni comprima el tórax.

Descanso

- Necesitará un balance entre su actividad y descanso para una completa recuperación. Descanse entre actividades, al menos 20 - 30 minutos antes de volver a la actividad.

Manejar

- Puede viajar en auto como pasajero luego del alta hospitalaria.
- Puede conducir luego de las 4 semanas.
- Evite manejar bicicletas, motocicletas por al menos 6 semanas luego de la cirugía.
- Si viaja largas distancias, baje del vehículo luego de 2 horas y camine antes de continuar viaje.

REHABILITACIÓN CARDÍACA

Luego de la cirugía su rehabilitación tendrá varias fases dentro de las cuales no sólo se involucrará su cirujano, enfermeras, fisioterapeutas, nutricionistas, sino que usted tendrá un rol importante según sus necesidades.

DIETA

- Usted deberá realizar una dieta baja en grasas y con bajo contenido de sal luego del alta hospitalaria. Esto reduce su riesgo de infarto de miocardio y reoperación cardíaca.
- Trate de controlar su peso e ingerir menos contenido de colesterol.
- Alcohol en cantidades moderadas.

Si usted tiene dudas sobre su cirugía, NO DUDE en consultar con su cirujano o equipo quirúrgico.



SERVICIO DE CIRUGÍA CARDIOVASCULAR:

- Médicos Staff: Dr. Martínez Colombres Moisés Alejandro, Dr. Paladini Guillermo.
- Horario de atención: lunes a viernes de 8 a 17.30 hs.
- Secretaría: (0351) 468 8236 / int: 236
- Mail: ccv@hospitalprivadosa.com.ar