

Recuperación luego de cirugía cardiovascular

Las cirugías cardiovasculares ayudan a que los pacientes con enfermedades cardíacas mejoren su calidad de vida. A continuación encontrará aspectos del cuidado para una pronta recuperación.

Cuidados con la herida quirúrgica:

La principal medida de prevención es tener sus manos siempre limpias.

1

Durante el baño debe cubrir las heridas con una bolsa plástica para evitar que se moje. Esto lo va a hacer hasta el día décimo después de la cirugía.

2

El retiro del material con que se cubre la herida debe realizarse al décimo día de la cirugía, comenzando desde abajo hacia arriba, y después de haberlo humedecido durante el baño.

3

Durante el baño (con agua potable) utilice preferiblemente jabón líquido o en su defecto jabón en pasta exclusivo para el lavado de la herida. Empezando desde la herida esternal, luego las otras heridas y por último los genitales.

4

Después del baño se debe secar con una toalla limpia, empezando por la herida del tórax, luego las otras heridas y por último genitales y glúteos.

5

Luego del décimo día, después de haber lavado y secado la herida, esta se puede cubrir nuevamente con microporo limpio, el cual debe cambiarse cada 4 días durante 1 mes.

6

No "exprima las heridas". No aplique medicamentos ni cremas.

7

Si la herida está abierta o se observa la salida de líquido por allí, consultar por urgencias.

8

Si las heridas de la pierna están secas, se pondrán medias antiembólicas (para disminuir el riesgo de presentar coágulos) que deben ser usadas sólo en el día y se retiran en la noche.

9

Actividad Sexual

La actividad sexual durante el primer mes está contraindicada. Retomar al segundo mes.

10

Alimentación

Consumir preferiblemente alimentos preparados en casa; de igual manera si no hay contraindicación médica aumentar el consumo de proteínas (carne, pollo, pescado), frutas cítricas (naranja, guayaba, mandarina) y vegetales que favorecen la cicatrización y previenen infección.

11

Otras medidas preventivas

- Usar el incentivo respiratorio y el módulo de espuma durante un mes, según lo indicado.
- No levantar objetos pesados, ni hacer ejercicios que impliquen levantar o abrir los brazos.

12

Actividad física

El ejercicio debe ser progresivo según tolerancia y recomendaciones de su médico. Hacer una sola siesta en el día.

Limitar el contacto con personas enfermas y mascotas, ya que aumenta el riesgo de infección.

Signos y síntomas de alarma para consultar por urgencia

1

Si la piel alrededor de la herida presenta endurecimiento, hinchazón, enrojecimiento, pus, sangre o agua sangre.

2

Dolor fuerte en el sitio de la herida, que no mejora con los medicamentos para el dolor ordenados por el médico.

3

Fiebre mayor a 38°C.