

Recomanacions postoperatòries. Varius



- Si no se us indica el contrari, continueu prenent la vostra **medicació habitual**.
- Seguiu la pauta de calmants cada 4 hores durant els 4 primers dies encara que tingueu poc dolor. A partir del 5è dia podreu començar a reduir el seu consum, però serà important que preneu els antiinflamatoris tal com se us ha indicat.



- Continueu la vostra dieta habitual.



- 48 h després de la intervenció es retirarà l'embenat. Us podreu dutxar, no banyar.



- Eixugueu les ferides amb un assecador amb aire fred i apliqueu un antisèptic de Clorhexidina aquosa a l'1%, 2 cops al dia.
- **Durant el dia us heu de posar:** una mitja o mitjó elàstic. **Classe II de compressió normal (22-29 mm/Hg140 DEN)**. Per dormir s'ha de treure.



- Camineu 5-10 minuts cada hora i augmentant progressivament fins a un màxim de 15 minuts seguits durant la primera setmana per evitar una tromboembòlia venosa.
- Feu repòs relatiu. No estigueu massa estona drets sense moure-us. Només el temps que sigui necessari.
- No estigueu asseguts a la cadira sense tenir les cames enlairades.



- La reincorporació a la vida laboral dependrà del tipus de feina que feu.
- En principi haureu d'esperar de 4 a 6 setmanes per poder fer esport.
- Podreu conduir distàncies curtes a partir del 7è dia.



- És normal sentir una lleugera pressió a la cama intervinguda i l'aparició d'hematomes.
- És normal sentir nusos endurits a la zona intervinguda.
- **Acudiu al Servei d'Urgències** en cas que:
 - Sentiu molta cremor a la cama.
 - Sagni molt la ferida i amb la pressió no cedeixi el sagnat.

SI TENIU QUALSEVOL DUBTE O PROBLEMA CONTACTEU AMB NOSALTRES

- **Dies Feiners de 07:00 a 21:00 hores:** 93 875 93 00 - Ext. 5061 - 5063
- Fora d'aquest horari, **en cas d'urgència durant les 24 h posteriors a la intervenció**, a partir de les 21.00 h podeu trucar al 93 875 93 00 - Ext. 7501 (servei d'Anestèsia)