

Cuidados después de una intervención quirúrgica

La intervención

Usted ha sido sometido a una intervención quirúrgica superficial. Es normal que pueda tener un pequeño sangrado o alguna molestia en las horas posteriores, cuando se pasa el efecto de la anestesia

¿Qué hacer si me duele?

Estas heridas suelen dar pocas molestias, que pueden ser perfectamente toleradas sin tener que tomar nada. Si el dolor es mayor y necesita tomar un analgésico, puede tomarlo, por ejemplo, paracetamol (siempre y cuando no sea alérgico). Evite tomar medicamentos antiinflamatorios, especialmente del tipo **aspirina (ácido acetilsalicílico y derivados)**, porque pueden favorecer el sangrado

¿Qué hacer si me sangra?

Un sangrado ligero se puede controlar haciendo presión constante sobre la herida durante 15 minutos. Si ha tenido que quitar el vendaje o apósito, puede usar gasas con agua oxigenada. Si el sangrado es importante, vaya al centro médico de urgencias

¿Cómo hago la cura? ¿Puedo ducharme?

Generalmente, la cura debe hacerse diariamente. A menos que su médico diga lo contrario, después de 24 horas puede ducharse normalmente, secar la herida y hacer la cura como explicamos en la consulta. Por lo general, con la herida ya limpia y seca, tendrá que aplicar una solución antiséptica o una crema antibiótica (lo que le hayamos indicado), y finalmente cubrirla con un vendaje o apósito limpio. **Es aconsejable llevar la herida siempre cubierta** hasta que hayamos retirado los puntos de sutura, o en caso de no llevar puntos, hasta que la herida muestre una costra seca o esté completamente curada

¿Importa si fumo o bebo alcohol?

Sí. Fumar o beber alcohol los días después de la intervención puede afectar y retrasar la cicatrización normal de la herida. Si usted es fumador y no puede evitarlo, limite su consumo a un máximo de 10 cigarrillos por día

¿Puedo tomar el sol después de tener la herida bien cicatrizada?

Durante al menos 2 meses después de la cirugía, y para evitar cicatrices feas y pigmentadas, es esencial evitar el sol en la zona. Use apósitos, ropa, o en caso de ser una herida en un área descubierta (cara, cuello, parte posterior de las manos, etc.), utilizando protectores solares de índice SPF 50+ desde el primer día desde que tenga la herida bien cicatrizada. No haga uso de cabinas de sol artificial (UVA) en ningún caso

¿Puedo hacer deporte?

Si hace deporte, consulte a su médico. Depende de la zona operada y del tipo de intervención, el deporte y su intensidad, puede ser aconsejable abstenerse durante unos días o semanas. En cualquier caso, las actividades acuáticas están prohibidas hasta que la herida esté completamente cerrada y sin costras ni puntos de sutura