

## Cures després d'una intervenció quirúrgica

### La intervenció

Vostè ha estat sotmès a una intervenció quirúrgica superficial. És normal que pugui tenir un petit sagnat o algunes molèsties en les hores posteriors, quan es passa l'efecte de l'anestèsia.

### Què fer si em fa mal?

Aquestes ferides solen donar poques molèsties, que es poden tolerar perfectament sense haver de prendre res. Si el dolor és més alt i necessita prendre un analgèsic, pot prendre'l, per exemple, paracetamol (sempre que vostè no sigui al·lèrgic). **Eviti la presa d'antiinflamatoris, especialment tipus aspirina (àcid acetilsalicílic i derivats)**, per què poden afavorir el sagnat.

### Què fer si em sagna?

Un sagnat lleuger pot controlar-se fent pressió constant sobre la ferida, durant 10-15 minuts. Si vostè s'ha hagut de treure la bena o apòsit, pot fer servir gases amb aigua oxigenada. Si malgrat això el sagnat és important, acudeixi al centre mèdic d'urgències.

### Com faig la cura? Em puc dutxar?

En general les cures s'han de fer diàriament. A no ser que el seu metge li hagi dit el contrari, després de 24 hores vostè es pot dutxar normalment, assecar-se bé la ferida i fer-se la cura tal i com li hem explicat a la consulta. Habitualment, amb la ferida ja neta i seca, s'haurà d'aplicar una solució antisèptica o una crema antibiòtica (el què li haguem indicat) i finalment tapar-la amb una bena o apòsit net. **És recomanable portar la ferida sempre tapada** fins que li haguem retirat els punts de sutura, o en cas de no portar punts, fins que la ferida estigui amb una crosta ben seca o completament cicatritzada.

### Importa si fumo o bec alcohol?

Sí. Fumar o beure alcohol els dies posteriors a la intervenció pot afectar i retardar la normal cicatrització de la ferida. Si és fumador i no pot evitar-ho, si us plau, limiti el seu consum a màxim 10 cigarretes al dia.

### Puc prendre el sol després de què ja tingui la ferida ben cicatritzada?

Durant al menys 2 mesos després de la intervenció, i per evitar cicatrius lletges i pigmentades, és fonamental evitar que toqui el sol a la zona. Faci servir apòsits, roba, o en cas de ser una ferida en una àrea descoberta (cara, coll, dors de mans, etc.), faci servir protectors solars d'índex SPF 50+ a partir del primer dia que tingui la ferida ben tancada. No faci ús de cabines de sol artificial (UVA) en cap cas.

### Puc fer esport?

Si fa esport, consulti el seu metge. Depèn de la zona operada i el tipus d'intervenció, de l'esport i la seva intensitat, pot ser recomanable abstenir-se durant uns dies o setmanes. En qualsevol cas, les activitats aquàtiques estan prohibides fins que la ferida estigui totalment tancada i sense crostes ni punts de sutura.