

Instrucciones de cuidado de heridas

1. Mantenga el vendaje seco y en su lugar durante 24-48 horas. Después de quitar el vendaje, cada día limpie el área con agua y jabón (como en la ducha), seque con palmaditas y aplique una capa delgada de ungüento (como Aquaphor). Mantenga la pomada en el sitio sin permitir que se forme una costra seca. Puede aplicar un vendaje/apósito ligero todos los días si lo desea. Evite el peróxido de hidrógeno, ya que esto secará la herida.
2. Para el dolor, tome acetaminofén (como Tylenol) según las indicaciones. Evite los AINE (ibuprofeno, aspirina, naproxeno, etc.).
3. Si nota algún sangrado, coloque presión firme y continua en el sitio durante 10-15 minutos. Llámenos si el sangrado no se detiene fácilmente con la presión.
4. Mantenga el sitio de la cirugía elevado tanto como sea posible. Para la cabeza y el cuello, duerma sobre 2 almohadas con el lado de la cirugía hacia arriba. Para la pierna, mantenga la pierna elevada por encima del nivel de las caderas.
5. Abstenerse de realizar actividades que eleven la frecuencia cardíaca durante 24-48 horas. No levante más de 10 libras durante 2 semanas.
6. Evite nadar y sumergir su cuerpo en agua (río, lago, bañera de hidromasaje) debido al riesgo de infección durante 2 semanas.
7. A medida que la herida se cura, puede haber algunas cicatrices. Esto puede ser rosa, púrpura, blanco o hiperpigmentado (más oscuro que el color de la piel). Normalmente toma alrededor de 1 año para que una cicatriz madure completamente.
8. Evite exponer el sitio al sol. La exposición al sol puede causar retraso en la curación y un mayor riesgo de cicatrices. El bloqueador solar debe aplicarse a una herida y cicatriz. Se recomienda SPF 30+.
9. Las marcas rojas, el dolor, la hinchazón, el calor y el drenaje pueden ser signos de infección u otra preocupación. Si esto ocurre, llame a nuestra oficina inmediatamente para una cita urgente para revisar la herida.

Llame a nuestro consultorio si tiene alguna pregunta o envíe un mensaje a su proveedor a través de su portal para pacientes (consulte el reverso para obtener instrucciones).

Recuerde programar una cita de extracción de sutura si es necesario.