

Cita de seguimiento después de la cirugía:

- Por favor, asegúrese de que tiene una cita de seguimiento programado con nuestra oficina 1-2 semanas después de la cirugía.

Actividades:

- Usted puede caminar no hay razón para quedarse en reposo en cama.
- Caminar para hacer ejercicio según la tolerancia.
- Subir y bajar escaleras está bien.
- La actividad sexual se puede reanudar según la tolerancia.

Cuidado de la Herida:

- Las vendas se pueden retirar después de un día.
- Las tiras estériles sobre la incisión se caerán en 1 a 2 semanas.
- Puede ducharse después de que le quiten el vendaje, y mojar la herida con jabón y agua. Lo que no debe hacer es sumergir la herida bajo el agua ni nadar por 3 semanas
- Si se le envía a casa con una faja abdominal, entonces esto debe ser usado tanto como sea posible (incluso cuando está acostado y por la noche)

Restricciones:

- No debe levantar, empujar o tirar de más de 5 libras por lo menos en 6 semanas, pero discutir esto con el cirujano primero.
- No debe nadar o usar tinas calientes durante 6 semanas.
- No se puede conducir mientras esté tomando medicamentos para el dolor
- Está bien, conducir cuando usted se sienta cómodo para presionar el freno con el pie.

Liberación del trabajo:

- Vamos a hablar de la liberación de su trabajo en su siguiente cita. En general, usted puede volver a realizar trabajar ligero después de 1 semana y volver a sus actividades normales sin restricciones después de 2 semanas.

Dieta:

- Es mejor comenzar con alimentos suaves que sean bajos en grasa. Lentamente regrese a una dieta normal según la tolerancia.
- Beba muchos líquidos.

Medicamentos:

- Se le dará una receta de analgésicos para el dolor. Utilicé según las indicaciones de su médico.

- Le ayudara usar ibuprofeno (*Motrin o Advil*) con su medicamento para el dolor. Usted debe tomarlas siguiendo las indicaciones; con comida para evitar la irritación del estómago. No tome *Tylenol* con el medicamento para el dolor.
- NO se puede llamar a una farmacia para renovación de medicamentos para el dolor, usted debe venir a la oficina del proveedor que esté trabajando en esos días para recogerlo en persona. Usted tendrá que presentar una identificación y firmar un recibo. Esto significa que no puedes tener cambios en tu receta por la noche o en los fines de semana.
- Los medicamentos para el dolor puede causar estreñimiento. Beba muchos líquidos. Utilice un suavizante fecal, según sea necesario. Usted puede utilizar un laxante ligero como leche de magnesia, si es necesario.
- Si usted está siguiendo las instrucciones anteriores y no tiene una evacuación intestinal después de dos días por favor contacte a nuestra oficina.
- Siga con todos los medicamentos que usted tenía antes de cirugía.
- Si el medicamento para el dolor no está funcionando y le gustaría solicitar un medicamento diferente, tendrá que traer una receta escrita o las píldoras restantes si ya ha llevado la receta. NO daremos otra receta sin uno de estos requisitos.

Oficina de Información

Las horas de oficina son:

8:00-12:00 & 1:00-5:00pm de lunes a jueves

8:00-12:00 & 1:00-3:00pm viernes

**Un médico está de guardia las 24 horas del día
El número de teléfono es (503) 873-5310**

Llame a la oficina si:

- La incisión se hace más dolorosa, roja o inflamada, o esta drenando.
- Empieza a tener fiebre por encima de 101 F.
- Usted no tiene un movimiento intestinal dentro de dos días después de haber tomado un laxante ligero como se discutió anteriormente.
- Si tiene náuseas y no puede retener alimentos o líquidos.
- Si tiene alguna pregunta.

Otras Instrucciones específicas:
