



COLORECTAL CENTER OF SAN DIEGO, Inc.

Dhruvil P. Gandhi, M.D.

2095 W. Vista Way Ste. 106

Vista, CA 92083

Tel: (760) 295-2924 Fax: (760) 542-6382

Instrucciones Despues de Cirugia Anorectal

El Dia de Cirugia

- Limite su consumo de agua y Gatorade, no tome liquido en exceso, solo tome para satisfacer hasta horinar por primera vez despues de cirugia. Despues de horinar, tome suficientes liquidos sin carbonato, azucar, ni cafeina para mantenerse hidratado.
- No se siente en almohadas circulares huecas del centro.
- Si tiene benda, quitese la despues de ir al bano por primera vez despues de cirugia. Es comun que tenga sangre la benda, no se alarme. Puede ponerse un pedazo de gaza para no manchar su ropa interior, pero no es necesario.
- Es probable que salga sangre, liquido amarilloso, o claro 5-7 dias despues de cirugia, y en algunos pacientes hasta 2 semanas despues de cirugia.
- Es normal tener dolor despues de cirugia, el ano es una area muy sensitiva con muchos terminales de nervios en comparacion a otras partes del cuerpo. Tome su medicina tal y cual recetada por su doctor. La medicina del dolor no le va a quitar el dolor en completo, pero si lo hace tolerable. Algunos otros metodos para el dolor incluyen remojar en una tina de agua tibia por 15 minutos cada 3-4 horas.
- Coma ligeramente, pequenas comidas durante el dia y tome suficientes liquidos.
- Si no a horinado 8-12 horas despues de cirugia, remojesse en una tina de agua tibia por 20 minutos o tomese un bano de agua tibia para poder horinar. Si pasan 12 horas sin horinar despues de cirugia, y se siente incomodo, regrese al centro de emergencia.

Empesando el Dia Despues de Cirugia

- Llame a la oficina de su cirugano para hacer una cita de chequeo. La cita deberia de ser 2 semanas despues de su cirugia.
- Puede comensar su dieta regular en cuanto pueda tolerar comida ligera sin nausea.
- Tome suplementos de fibra (Konsyl, Metamucil, Citrucel, etc.) con un vaso entero de agua antes de cada comida por las 4 siguientes semanas.
- Puede empesar hacer actividades a su tolerancia, no haga mucho esfuerzo por 10 dias despues de su cirugia.
- Remojese en una tina de agua tibia por 15 minutos antes cada vez que necesite ir al bano, hasta que ya no sienta dolor al ir al bano. A veces toma 2 semanas para hacer del bano sin dolor. La

agua tibia ayuda a relajar sus musculos y reduce el dolor. Tambien puede repetir despues de ir al bano, si siente necesario.

- Tome suficiente liquidos cuando tome su medicina para el dolor. Mantenga su escremento suave para que tenga menos dolor cuando haga del bano. Es normal tener dolor cuando haga del bano hasta 5 dias despues de cirugia. Usted puede disminuir su dolor tomando suficiente agua y suplementos de fibra (Konsyl, Metamucil, Citrucel, etc.) antes de cada comida. Recuerde tomar mas agua a lo que a estado acostumbrado para que sea efectiva la fibra.
- No tome aspirina o productos que contengan aspirina (Motrin, Aleve, Advil, Ibuprofen, etc.) por 10 dias despues de su cirugia. Solamente si su cirugano le de instrucciones diferentes.
- Es probable que vea poca sangre en el papel de bano 3-5 dias despues de cirugia. Puede que vea sangre en la taza del bano tambien, no se alarme si la taza se ve roja por la sangre, solo requiere unas gotas de sangre para que la taza entera se tinte de rojo. Despues de unas horas, su sangrado va a disminuir. Si esta preocupado por el sangramiento, untese hielo (asegurese que el hielo este en contacto con su ano) por 30 minutos. Puede repetir tal como necesite. Si sentarse sobre hielo es muy doloroso, puede acostarse de lado y meterse el hielo por de medio.
- Puede caminar el dia despues de su cirugia, menos actividades fuertes.
- Puede empesar actividades normales 10 dias despues de su cirugia tal como tolere, solo si ya no a estado tomando narcoticos para su dolor.
- Puede manejar en cuanto pare de necesitar de tomar narcoticos para el dolor.
- Si esta teniendo dolor y dificultad haciendo del bano, hay los siguientes metodos, como fibra, Miralax, Colace, Dulcolax, 6 cucharadas de leche de magnesio, Senokot, etc. Primeramente, es muy importante que este tomando suficiente agua por que la deshidritacion causa que tenga dificultad ir al bano. Tome 2 vasos (8 onzas) de agua y tome suplemento de fibra (Konsyl, Metamucil, Citrucel, Benefiber, etc.). Si no tiene resultado despues de una hora, tome Miralax (siga instrucciones en la botella). Si aun despues de tomar Miralax, no tiene resultado, repita el Miralax en una hora. Si todabia no hace del bano, tome una de las otras medicinas mencionadas (Colace, Dulcolax, 6 cucharadas de leche de magnesio, Senokot) y espere unas horas.

Llame su Cirugano Si...

- Su temperatura esta a 101.3 grados, acompanado de escalofrio y sudor (sin actividad fisica).
- Su medicina del dolor no le baja su dolor a un nivel tolerable.
- Sangra por mas de 6 horas seguidas de su herida aun despues de calar los metodos mencionados previamente.
- Ha sangrado tanto que se siente mariado, dolor de pecho, o incomodidades.
- Si no ha hecho del bano aun despues de seguir las instrucciones mencionadas y esta teniendo dolor por resultado.