



ABDOMINOPLASTÍA

Instrucciones postoperatorias

Inmediatamente después de la cirugía

1. Su primera cita postoperatoria será el día después de su cirugía, el horario se lo dar el Dr. al dar el alta.
2. Debe ser llevada/o a casa por un adulto responsable mayor de 18 años. Este individuo debe estar de acuerdo quedarse con usted la noche de la cirugía y hasta los días siguientes para asegurarse que está siendo supervisado, ayudarla/o a levantarse de la cama o sillón, al hacerlo, debe esperar 5 minutos sentada/o así no presenta baja de tensión, si la tuviese, se vuelve a recostar y espera 30 minutos para volver a intentarlo. Cuando vaya al baño siempre hágalo acompañado durante las primeras 48 horas.
3. El peso máximo permitido para levantar es de 2 Kg. durante 4 semanas.
4. Debe usar su faja abdominal las 24 horas del día, los 7 días de la semana (quitarla solo para ducharse) hasta que le quiten los drenajes. Luego hace la transición 7 días de la semana durante 1 mes después de la cirugía y luego durante el día solo durante 2 semanas más.
5. Se coloca 1 tubo de drenaje debajo de la piel a la izquierda del pubis en el momento de la cirugía. Debes, vaciar y registre la salida de drenaje CADA 6 HORAS o antes si el mismo se llena de líquido.
 1. DEBE traer un registro de las salidas de drenaje a las visitas postoperatorias para ayudar a su cirujano que decida cuándo puede quitarle los drenajes.
 2. Generalmente el drenaje se retira de 4 a 6 días después de la cirugía.
 3. Es normal tener algo de drenaje sanguinolento en el tubo de drenaje como así también coágulos, grasa o aire, por momentos parece que no aspira y por otro drena más de lo normal, no se asuste, si el contenido es abundante (más de dos reservorios en poco tiempo) y sangre roja comuníquese al Dr. de inmediato.
 4. Recuerde el drenaje siempre debe estar aspirativo como le enseñó la Enfermera durante la internación.



6. Beba agua después de la cirugía. Debe consumir al menos 6-8 vasos de agua y también puede tomar un litro de bebidas similares al Gatorade, no más de lo indicado.
7. No tome ningún producto tipo aspirina durante 4 semanas después de la cirugía. SÓLO use el medicamento para el dolor prescrito por el cirujano.
8. No se le permite tomar suplementos herbales o vitaminas/medicamentos de venta libre durante 2 semanas antes y 2 semanas después de la cirugía. Estos pueden causar sangrado.
9. Evite doblar la cintura. No vacíe el lavavajillas, lave la ropa, trapee/escoba/aspire su casa o realizar cualquier otra actividad.
10. Puede notar las mano, pies y piernas hinchadas es algo común los primeros días después de la cirugía, si uno de los miembros está mucho más hinchado y cursa con dolor avísele al Dr. así él puede valorar si es necesario revisarla.

Trabajo:

1. Espere tomarse al menos 7 días libres del trabajo si está empleado.
2. Limite TODAS las actividades durante la primera semana después de su procedimiento.
3. ¡TODAVÍA! DEBE COMENZAR A CAMINAR la noche de la cirugía. El reposo total en cama no está permitido. Tienes que levantarse de la cama al menos 5 veces al día y caminar, utilizar sillón y descansar de a ratos en cama. Puede ser que la primera noche le sea más cómodo dormir en un sillón donde se flexione el abdomen y pueda respirar mejor, no se asuste si realiza respiraciones cortas o superficiales, esto es normal por ajustar el abdomen y elevar el diafragma, esto dará un dolor en la boca del estómago.
4. Siga una dieta liviana durante el primer día después de la cirugía y la transición a una dieta completa pero baja en hidratos de carbono durante los próximos 30 días.

Medicación:

1. No tome analgésicos narcóticos (Tramadol) sin tener algo de comida en el estómago. Si no, puede causar náuseas y vómitos o baja tensión arterial.
2. Tome un ablandador de heces de venta libre dos veces al día (vaselina líquida, por ejemplo, 1 cucharada sopera dos veces al día con almuerzo y cena) mientras tomando analgésicos narcóticos.



Ducharse:

1. Comience a ducharse 48 horas después de la cirugía y hágalo una vez al día, si se lo indico el Dr. Puede ser que tenga moderado dolor y prefiera higienizarse con toallitas para evitar sacarse la faja y bañarse al 4 o 5 día. Al hacerlo desinfecte con Rifocina o pervinox, alrededor del drenaje.
2. Solo se le permite ducharse durante los primeros 30 días después de la cirugía. Use agua y jabón neutro tipo glicerina.

Heridas:

1. Lave usando un movimiento suave y seque. No frotar las heridas. Apoyar los drenajes mientras está en la ducha para que no se salgan de la piel y no queden bajo el agua de la ducha.
2. Al ducharse retirar gasas y apósitos y luego de secarse puede desinfectar herida con pervinox o rifocina, luego Irujol si se lo indico el Dr, colocar nuevamente gasas alrededor del drenaje y heridas.
3. No puede sumergirse en una bañera, piscina, rio, mar, jacuzzi, hasta un mes después de cirugía.

Después de dos semanas de la fecha de su cirugía

1. Comience a aplicar una pequeña cantidad delgada de Cicanol QD en su cicatriz.
2. No aplique cremas nutritivas en la cicatriz si todavía tiene costras. Nunca use alcohol o agua oxigenada en sus heridas ya que daña el tejido sano.
3. No use almohadillas tibias o calientes sobre las heridas o el abdomen.

Dormir:

1. Duerma boca arriba sobre 2 o 3 almohadas e inclínese levemente hacia adelante para disminuir el estiramiento en su herida abdominal.
2. También puedes dormir en un sillón reclinable.

Medicamentos:

Puede comenzar a tomar los analgésicos, los relajantes musculares, los antibióticos y otros medicamentos al llegar a su domicilio como se lo indico el Dr.



Atención postoperatoria a largo plazo

1. NO se le permite viajar fuera de la Ciudad de Córdoba Capital las primeras 48 horas.
2. No conduzca durante 7 días después de la cirugía o hasta que su cirujano lo autorice. No conduzca mientras toma tramadol.
4. Todas las suturas son solubles y no es necesario retirarlas, solo se retiran los puntos de la liposucción en sitios donde se lipoaspiro, estos se encuentran cubiertos por cintas hipo alérgicas de color blanca que al bañarse no hace falta retirarlas y se pueden secar solas o secador de aire frío.
5. No se permite fumar 4 semanas antes y 4 semanas después de la cirugía.
6. Sin alcohol durante 2 semanas después de la cirugía. No consuma alcohol mientras toma analgésicos.
7. No se someta a ningún procedimiento dental durante 1 mes después de la cirugía para evitar infecciones.
8. Evite toda exposición directa al sol en las heridas durante 6 semanas después de la cirugía.

Cuidados del sol:

1. Comience a usar protector solar 10 días después de la cirugía (o una vez que se hayan quitado las cintas) cada día y utilícelo durante 1 año para minimizar las cicatrices.
2. Después de 8 semanas, puede exponerse a la luz solar directa si aplica protector solar 50 o más y reaplicar cada hora.
9. Debe ser visto en la clínica para visitas de seguimiento mensuales los primeros 3 meses seguidos de otra visita a 1 año como mínimo.

En caso de emergencias:

Para cualquier emergencia fuera del horario de atención, llame al 54 9 351-2126162 para obtener asistencia inmediata.