

Recuperación en casa después de cirugía cardíaca

Cuidados de las heridas:

- Debe bañarse diariamente con jabón líquido neutro sin perfume, lavado de la herida con agua y jabón líquido durante 2 minutos
- No utilice piscinas, bañeras o saunas
- Utilizar una toalla pequeña de uso exclusivo para secar las heridas y cambiarla diariamente
- No aplique en las heridas cremas ni ungüentos, a menos que sean indicados por el médico
- Mantenga elevadas las piernas cuando se siente o se acueste para disminuir la inflamación en las mismas
- Evite la luz solar directa en las heridas

Si usted tiene heridas en la pierna debe:

- Antes del baño debe cubrir la pierna con un plástico, finalizado el baño se retira el plástico y realiza exclusivamente el lavado de la pierna con agua y jabón líquido durante 2 – 5 minutos
- En las primeras 4 semanas posteriores al alta debe usar vendaje permanente en la pierna, debe iniciar desde el pie hasta la rodilla cubriendo las heridas.

Actividades diarias:

- Debe hacer ejercicios respiratorios durante media hora seguida con el incentivo respiratorio, logrando elevar y sostener todas las bolitas arriba
- Debe caminar entre 5 y 30 minutos diarios, progresando cada día más, camine después de que haya descansado bien, no camine a mitad del día cuando hay demasiado calor, preferiblemente antes de las 8 am o después de las 5 pm
- Utilice ropas anchas para caminar y hágalo en compañía de un familiar
- Deje de hacer ejercicios o de caminar si siente dolor en el pecho, falta de aire, mareos y náuseas, debe consultar inmediatamente a su médico.
- No levante, empuje ni hale pesos superiores a 15 libras durante 6 semanas
- No conduzca automóviles en 2 meses
- No añada sal ni dulces a su dieta, y limite la cantidad de alimentos fritos o con altos contenidos de grasas
- En casa debe continuar con sus ejercicios de respiración y caminata, así como tratar de volver a sus viejas rutinas evitando tareas intensas
- Trate de permanecer fuera de la cama el mayor tiempo posible, solo utilice la cama en la noche cuando va a dormir

RECUERDE:

- ✓ En caso de que sus heridas presenten: enrojecimiento, dolor, inflamación, salida de material purulento, debe acercarse inmediatamente a la unidad cardiovascular consultorio 102B o comunicarse con nosotros al teléfono: 5717060 o 5821111 ext. 112
- ✓ Ud. Debe solicitar personalmente su cita tan pronto tenga autorizadas las terapias de rehabilitación cardíaca
- ✓ **DESPUES DE SU SALIDA DE LA CLINICA DEBE ASISTIR AL CONTROL POS OPERATORIO A LAS 9 AM.**

¡¡ CUIDAMOS TU CORAZON!!

CLINICA SAN JOSE DE CUCUTA. 1 PISO BLOQUE B. CONSULTORIO 102.

TELEFONOS: 5717060 – 5821111 EXT 112