



DESPUES DE CIRUGIA DE ANO Y RECTO

1. Tómese su medicamento para el dolor solo conforme lo necesite y el phenegran en caso de que sienta nausea o como un apoyo extra para el dolor.
2. El deshecho sanguíneo es normal después de cirugía de ano y recto, especialmente durante las evacuaciones. Cámbiese el vendaje como sea necesario. Llame en caso de que el sangrado sea persistente o excesivo. Durante las 24 horas después de su cirugía es posible que note la evacuación de un pequeño vendaje puesto durante la cirugía.
3. Tómese un suplemento de fibra (metamucil, citrucel, konsyl, bran effersylum): 2 cucharadas disueltas en 8 oz. de agua o jugo todos los días.
4. Tómese 2 pastillas de Colace o Surfak 2 veces al día. Evite el estreñimiento, o el estarse sentado en el escusado por más de 5 minutos, ya que esto puede causarle dolor, edema o sangrado.
5. Si no ha evacuado durante 3 días, tómese 4 cucharadas de Leche de Magnesio, sí no evacua, repita la dosis 6 horas después. Sí esto no le da resultados, y no puede evacuar, llame a la oficina.
6. Su dieta debe incluir frutas y verduras. Evite alimentos condimentados, tomates, alcohol, o cafeína. Tómese de 6-8 vasos de agua diarios.
7. Desde la mañana después de su cirugía, empiece a utilizar sitz baths:
 - Primero quítese el vendaje
 - Siéntese en una tina de agua tibia por 10-15 minutos. Haga esto 3 veces al día y después de cada evacuación.
 - Después del sitz bath, límpiese el ano con agua cuidadosamente. Una regadera de mano (hand held shower head) es útil para esto. No utilice jabón.
 - Séquese con una toalla suave. Puede utilizar Anusol, vaselina, loción de Prax, o loción de lidocaine 3-4 veces al día.
 - Para el vendaje utilice gasa, algodón o toallas sanitarias.
8. Si no puede tomar un sitz bath después de la evacuación, utilice una toallita húmeda (toallitas de bebe, Cottonelle, Tucks, Fleet) en vez del papel de baño. Es normal sentir un poco de dolor y tener un poco de deshecho.
9. Por durante 10 días después de su cirugía no debe tomarse ante-inflamatorios o medicamentos para la artritis, al menos que sea indicado por su médico. Puede continuar con sus otros medicamentos.
10. No haga ejercicios estrenuos o levante cosas pesadas. Sí puede caminar, subir escaleras y desempeñar actividades livianas. No debe manejar mientras esté tomando medicamentos para el dolor (narcóticos).
11. Si tiene dificultad para orinar, siéntese en una tina con agua tibia. Relájese y orine en la tina.
12. Después de su cirugía, comuníquese a la oficina (817-924-9002) para hacer su cita de seguimiento, como se lo haya indicado su doctor.

LLAMENOS (817-924-900) SI TIENE CUALQUIERA DE LOS SIGUIENTES PROBLEMAS:

- Temperatura arriba de 101° F.
- Goteo de sangre continuo al evacuar
- Inhabilidad de orinar
- Dolor que aumenta y no se alivia con su medicamento para el dolor o el Phenergan.