

 Hospital Universitario del Henares	Fechas Realización Revisión		Código DE_H.OBST
	2010	2012/2018	

RECOMENDACIONES DE ENFERMERÍA AL ALTA LEGRADO

HIGIENE Y ALIMENTACION:

- Deberá tomar ducha diaria y no baño por inmersión durante los primeros 30 días. Evite los baños de asiento, duchas vaginales y uso de tampones hasta que su médico se lo indique.
- Debe tomar dieta rica en fibra y es recomendable ingerir dos litro de agua al día para evitar estreñimiento.
- Vigilar sangrado vaginal este deberá de ir desapareciendo paulatinamente.

ACTIVIDAD Y REPOSO:

- Durante la primera semana evitará realizar esfuerzos.

CUANDO ACUDIR A SU CENTRO DE SALUD:

- La tristeza intermitente suele ser normal, pero si aparecen sentimientos constantes de falta de autoestima, pérdida de interés en actividades habituales, debe consultar con su médico.
- Si aparición de dolor súbito en zona inferior del abdomen.
- Si su temperatura es mayor de 38°C, deberá acudir a su centro hospitalario.
- Si el sangrado vaginal es mayor al contenido de una regla, deberá de acudir a su medico.
- Acuda a consulta según se le indique en informe médico. Al igual que revisiones ginecológicas.

“Esperamos haber contribuido con nuestros cuidados, a que su estancia en el hospital haya sido mas agradable”

Equipo de Enfermería de Hospitalización Obstétrica – Ginecológica.

Bibliografía: ***Urgencias en Ginecología y Obstetricia.***
Autores: Maria Luisa Cañete Palomo, Luís Cabero Roura. Editorial: fiscal.