

## CONSEJOS, RECOMENDACIONES Y CUIDADOS POSTOPERATORIOS

### CIRUGÍA DE FISURA ANAL

**En el momento del alta es imprescindible contar con la presencia de un adulto responsable que le acompañe a su domicilio y permanezca con usted las primeras 24 horas de la intervención.**

Es fundamental descansar y realizar un estilo de vida activa progresiva y mantenida, evitando cualquier actividad física moderada o intensa, carga de objetos pesados y ejercicios violentos. Su cirujano le indicará cuando podrá iniciar cualquier tipo de actividad.

El dolor anal puede ser muy intenso, sobre todo la primera semana y durante la realización de la deposición. Controle el dolor postoperatorio con la toma de los medicamentos analgésicos y antiinflamatorios suministrados en el momento del alta. **Es fundamental tomarlos en las horas establecidas y no solo cuando sienta dolor.**

Es importante no hacer grandes esfuerzos para evacuar. En relación con la alimentación, tome una dieta sana, equilibrada y rica en fibra (verduras, ensaladas, fruta, cereales...), junto a una ingesta abundante de agua, zumos e infusiones para facilitar que las heces sean de consistencia blanda y produzcan el menor dolor anal al defecar. Tome el laxante (aceite de parafina) en el caso de que se lo haya prescrito su cirujano. **No reprima nunca la necesidad de hacer deposición.**

Al día siguiente de la intervención realizará baños de asiento en bidé durante 10 minutos con agua templada y jabón neutro, 2-3 veces al día y siempre después de realizar deposición. Cubrir la zona perianal con una compresa de algodón.

Evite el uso de papel higiénico para limpiarse, lávese con agua y séquese con una toalla con presiones suaves. Puede utilizar toallitas húmedas desechables de wc.

Es posible que expulse pequeñas cantidades de sangre por el ano, sobre todo tras la deposición. Es muy habitual manchar por la herida o por el ano durante los primeros días.

Para retirar el apósito y la compresa que le cubre la zona perianal, deberá reblandecerlo con agua templada en la ducha o con el baño de asiento. **No tire de la compresa si la nota muy adherida a la piel.**

Puede consultar con el hospital a través del cirujano de guardia, llamando al **teléfono 618 521 572** si tiene alguna duda en cuanto a los cuidados o el tratamiento, o presente:

- Dolor intenso que no cede o mejora con los medicamentos suministrados.
- Sangrado o cambios en el estado de la herida como enrojecimiento, inflamación o supuración.
- Fiebre de 38° C o superior.
- Náuseas y vómitos persistentes. Dolor de cabeza que no cede o mejora con los medicamentos.
- Sentir la vejiga llena con dificultad o imposibilidad para orinar.

#### **Le recordamos que:**

- En el caso de presentar un problema urgente debe acudir al servicio de urgencias de su hospital de origen. En Hospital Universitario Santa Cristina no dispone de servicio de urgencias.
- Deberá acudir a la revisión en consultas de cirugía, previa citación en el Servicio de Admisión, según figura en el informe médico de alta.
- **Es fundamental seguir las indicaciones de los profesionales que le han atendido para que recuperación tras la operación sea la más adecuada.**