

CONSEJOS, RECOMENDACIONES Y CUIDADOS POSTOPERATORIOS

CIRUGÍA DE SINUS PILONIDAL

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.

Controle el dolor postoperatorio con la administración de los analgésicos y antiinflamatorios suministrados en el momento del alta. Es fundamental tomarlos en las horas establecidas y no solo cuando sienta dolor.

En ocasiones, tras la cirugía del sinus pilonidal, queda una **herida abierta que se cubre con gasas y un apósito**. Esta herida requiere de curas periódicas que serán realizadas por enfermería en el hospital y en su centro de salud de atención primaria. En las primeras 24 horas no retire las gasas y el apósito.

Evitar permanecer mucho tiempo sentado en los primeros días. Puede usar un cojín si le resulta incómodo estar sentado, evitando presión en la rabadilla. Puede realizar su higiene personal evitando mojar el apósito. Evitar ir a playas, piscinas o spas hasta que se lo indique su cirujano. No sumergir la herida.

La herida quirúrgica debe ir cerrando poco a poco, y es frecuente y no debe preocuparle que, aparezca en el apósito (gasas) alguna mancha de líquido sanguinolento o amarillento. La herida puede tardar semanas o meses en cerrar completamente, dependiendo del tamaño y la localización del sinus extirpado.

El Hospital Universitario Santa Cristina no dispone de servicio de urgencias. En el caso de presentar un problema urgente debe acudir al servicio de urgencias de su hospital de origen.

- Dolor moderado o 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 38º C o superior.
- Náuseas y vómitos persistentes. Dolor de cabeza que no cede con los medicamentos.
- Sentir la vejiga llena con dificultad o imposibilidad para orinar.

Le recordamos que:

- Deberá acudir a la revisión en consultas de enfermería 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 la recuperación tras la operación sea la más adecuada.**