

CONSEJOS, RECOMENDACIONES Y CUIDADOS POSTOPERATORIOS

TIROIDECTOMÍA (Extirpación de la glándula tiroidea)

- Es fundamental descansar y realizar un estilo de vida activa progresiva y mantenida, evitando los primeros días cualquier actividad física moderada o intensa. Su cirujano le indicará cuando podrá iniciar cualquier tipo de actividad.
- Al principio, puede experimentar algo de dolor y molestia en el cuello, especialmente al tragar. Su voz puede sentirse un poco ronca durante los primeros días. Se recomienda no forzar el habla durante los primeros días. Debe mantener el cuello relajado, de forma que la espalda y los hombros no se contracturen por la rigidez del cuello. Es frecuente y no debe preocuparle tener dolor leve con la movilización del cuello o al tragar, sensación de que la herida le tira y sentirse cansado.
- Realice una dieta blanda, sana y equilibrada, evitando alimentos con huesos o espinas (carnes y pescados). Su cirujano le indicará si es necesario una alimentación rica en calcio.
- En general, su cirujano le indicará realizar higiene de la herida quirúrgica diariamente a partir de las 24 horas de la intervención, mediante ducha convencional con agua y jabón o gel. Mantener la herida siempre limpia, dejándola al aire tras secarla con ligeros toques. Tapar con apósito para salir a la calle en el caso que se lo indique su cirujano. Si la herida quirúrgica se cubrió con tiras adhesivas, estas se desprenderán durante los próximos días. No tire de ellas si las nota muy adheridas a la piel.
- Debe evitar ir a playas, piscinas o spas hasta que se lo indique su cirujano. No sumergir la herida. No aplicar cremas ni perfumes sobre la herida. Evitar la exposición al sol durante al menos 6 meses tras la cirugía (proteger la cicatriz con un pañuelo o similar).
- Debe tomar la medicación que se le indica en el informe médico de alta que se le ha entregado. Es fundamental tomar los medicamentos para el control del dolor en las horas establecidas y, no solo cuando sienta dolor.
- Es posible que precise tomar un medicamento con hormona tiroidea por el resto de su vida para reponer la hormona tiroidea natural. Su cirujano le indicará el medicamento necesario en el caso que los precise. Esta medicación será controlada a largo plazo por su médico endocrinólogo.
- Es posible que precise tomar medicamentos con calcio y vitamina D para prevenir problemas después de la cirugía por déficit de calcio. No tener suficiente calcio puede causar síntomas como hormigueo alrededor de la boca o en las manos y los pies. Esta medicación será controlada a corto plazo por su médico endocrinólogo.

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:

- Aumento de la inflamación o del dolor alrededor de la herida quirúrgica del cuello, que no cede con los medicamentos suministrados.
- Enrojecimiento, supuración o sangrado de la herida quirúrgica.
- Fiebre de 38°C o superior.
- Voz débil, dificultad moderada para tragar
- Entumecimiento u hormigueo en la cara, en los labios o en los dedos.

Le recordamos que:

- Deberá acudir a la revisión en consultas de cirugía y enfermería, 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.**