



ABDOMINOPLASTIA

INSTRUCCIONES DE CUIDADO POSTERIOR

- ES IMPORTANTE SALIR DE LA CAMA TEMPRANO Y A MENUDO DESPUÉS DE SU CIRUGÍA (CON ASISTENCIA) PARA PREVENIR PROBLEMAS POSTOPERATORIOS. POR FAVOR TOMA DE 15 A 20 RESPIRACIONES PROFUNDAS POR HORA FRECUENTEMENTE PARA MANTENER LIMPIOS SUS PULMONES.
- Es importante caminar ligeramente "encorvado" (doblado las caderas) durante 3-5 días para liberar la tensión en la línea de sutura. Duerme con las caderas flexionadas. Estas instrucciones ayudan en la calidad de su cicatriz.
- Tome sus pastillas para el dolor, según las indicaciones.
- Mantenga la cabeza elevada unos 30 grados y deje las rodillas ligeramente flexionadas.
- Aunque es imposible deshacerse por completo del gas, existen estrategias para reducirlo. Coma y beba lentamente, mastique bien y reduzca las bebidas carbonatadas. Evite las encías sin azúcar y los caramelos sin azúcar que contienen sorbitol o zilitol, ambos edulcorantes están mal digeridos. Si el gas es doloroso y persistente, llame a nuestra oficina.
- Mantenga una dieta blanda, rica en proteínas, durante 2-3 días y evite los alimentos picantes que pueden causar náuseas y gases durante 10 días. Luego, puede reanudar una dieta normal alta en proteínas.
- Mantenga los bulbos de drenaje colapsados y registre el tiempo y las cantidades de drenaje durante un período de 24 horas. Todos los pacientes sanan de manera diferente según muchos factores. El Dr. Rohrich tomará la decisión con respecto a la eliminación del drenaje y la necesidad de visitas al consultorio. (En general, los drenajes se eliminarán cuando el drenaje sea de 30 cc o menos en un período de 24 horas, que generalmente ocurre en 10-14 días). Puede ducharse en 2-3 días; ¡asegúrate de que alguien esté contigo en tu primera ducha!
- Use una faja (prenda de compresión) continuamente durante 3 meses
- De ser posible tendrá un vendaje adhesivo transparente para la piel (Dermabond) sobre su incisión. Esto protegerá la incisión durante 7-10 días. Puedes bañarte con el Dermabond. Si tiene suturas, se retirarán en 10-12 días y usará esteri-strips durante una semana mas. Después de retirar todas las suturas, comience el tratamiento de cicatrices: cremas y otros que se indicarán.
- Llame al Dr. Luis Coa de inmediato ante cualquier signo de infección que pueda indicar fiebre, aumento del dolor, nuevo enrojecimiento o hinchazón en el área abdominal.
- Puede reanudar la actividad sexual en 4 semanas. Durante los primeros 10 días después de la cirugía, elevar la presión arterial (frecuencia cardíaca) causará sangrado. El estrés abdominal en los músculos estirará o romperá las suturas si hace ejercicio antes de las 4 semanas. A las cuatro semanas, debe considerar la actividad sexual pasiva o menos vigorosa que no causará movimiento abdominal.

- No conduzca

POST-OP

- No levante nada que pese más de 3 kilogramos durante 3 semanas.
- Es bueno caminar 15-20 minutos 6 veces al día.
- No tome aspirina o productos que contengan aspirina durante 3 semanas después de la cirugía.
- No corra, levante pesas, juegue tenis o golf durante 3-4 semanas después de la cirugía. (Mantenga su ritmo cardíaco por debajo de 100 durante 3 semanas)
- Puede comenzar a nadar 4 semanas después de la operación, si la curación está completa.

INSTRUCCIONES GENERALES

1. Se espera una inflamación moderada de su abdomen. Es posible que su ropa no le quede tan fácilmente como antes. Se paciente. La hinchazón disminuirá gradualmente y volverá a la normalidad en 3 a 6 meses.
2. Debido a la extracción de tejido de su abdomen, es de esperar una cierta cantidad de tensión. Esto se relajará lentamente en 6 meses.
3. Si nota algo de ardor y picazón vaginal (vaginitis) como resultado del antibiótico utilizado durante y después de la cirugía se le indicará antimicótico.
4. Con poca frecuencia después de la cirugía, es posible que tenga líquido en el abdomen después de que se eliminen los drenajes. Si esto sucede, notará una sensación de llenura o sensación de chapoteo en su abdomen. Póngase en contacto con nuestra oficina para que podamos aspirarlo fácilmente.
5. Algunas sugerencias para aliviar el malestar abdominal o la indigestión después de la cirugía:
 - Beba mucha agua - ¡8 vasos al día!
 - Beba líquidos calientes (té o café)
 - Si tiene estreñimiento intenso debe comunicarlo para indicar tratamiento.
 - Caminar ayuda a la circulación en las piernas y los intestinos.

INSTRUCCIONES PARA EL CUIDADO POSTERIOR

Es importante que el Dr. Luis Coa lo vea después de sus controles postoperatorios iniciales. Te verá en citas de seguimiento a las 3 semanas, 6 semanas, 6 meses y 1 año después de la operación. Llame para programar sus citas.

SI TIENE ALGUNA PREGUNTA, LLAME AL DR. LUIS COA

Si es paciente, llame entre las 8:30 y las 5:00. Si necesita atención inmediata, llame al Dr. Coa en cualquier momento en su celular. No existe una pregunta menor. Prefiero que me llames que me preguntes y no hagas lo incorrecto, así que llama a mi oficina o envíame un correo electrónico en cualquier momento.

Dr. Luis Coa

Cirujano Plástico

Teléfono: +51944443312

www.drluiscoa.com

correo: micita@drluiscoa.com

informacion@drluiscoa.com

Dirección: Avenida Arenales 1813, piso 2, Lince - Lima -Perú