



## Recomanacions per a les cures del malalt a l'alta CIRURGIA MENOR.

L' han intervingut de \_\_\_\_\_

Volem donar-li uns consells, perquè algunes de les cures que ha rebut durant la seva estada a l'Hospital tinguin una continuïtat en el seu domicili, i es recuperi al més aviat possible.

- \* Haurà de procurar que la ferida cicatritzi l'abans possible, per això:
  - \* Pot dutxar-se diàriament, si no li diuen el contrari la ferida pot mullar-se. Si duu punts, esbandeixi's amb cura i assequi's sense fregar, amb petits tocs o ajudant-se d'un assecador amb aire fred.
  - \* Desinfecti's la ferida amb povidona iodada (de venda a farmàcies). No és necessari que la ferida estigui tapada.
  - \* No exposi la cicatriu al sol. Quan ho faci, utilitzi pomada de protecció total (superior a 25).
  
- \* Les limitacions de la seva activitat variaran d'acord amb com es trobi, però en general:
  - \* No podrà reprendre el seu treball fins que el metge li doni l'alta.
  - \* No condueixi fins que li indiqui el metge
  - \* Pot passejar i pujar escales sense fatigar-se.
  - \* Limiti les tasques que li suposin un sobreesforç físic.
  
- \* La dieta que ha de seguir serà:  
  
\_\_\_\_\_
  
- \* Recordi la importància de fer una bona hidratació, almenys 8 gots d'aigua al dia. Això l' ajudarà a evitar el restrenyiment.
- \* Eviti els menjars copiosos i amb moltes espècies ja que poden donar molèsties gàstriques, inflor i digestions pesades.
- \* Si té dolor, segueixi prenent els calmants que li ha indicat el seu metge. Recordi que és millor prendre'ls a les hores prescrites, que esperar que aparegui el dolor fort.
- \* No prengui cap medicament de lliure consum, sense consultar el seu metge.

### **VAGI AL SEU METGE** en cas que:

- \* La ferida canviï d'aspecte i aparegui: envermelliment, inflamació, calor, enduriment, dolor o possible supuració de la ferida operatòria.
- \* Febre més alta de 37'5<sup>0</sup>
- \* Nàusees, vòmits i diarrees.