



Recomanacions per a les cures del malalt a l'alta TIROÏDECTOMIA SUBTOTAL

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 s'indica 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.
 - * Eviti exposar la cicatriu al sol. Quan ho faci, utilitzi crema de protecció total (igual o superior a 25).
- * Procuri que els moviments del cap siguin suaus, per a evitar tensió en la ferida.
- * Procuri descansar el màxim possible. Eviti situacions d'estrès físic i malestar emocional.
- * Pot notar certes molèsties transitòries a la gola: picor, dolor en empassar o la veu una mica fosca. Aquests símptomes són de curta durada i pràcticament mai necessiten tractament. Per això intenti **no forçar la veu** parlant poc i emprant un to baix. Mengi aliments fàcils d'empassar, evitant els que siguin irritants.
- * Ha de seguir prenent la medicació prescrita pel seu metge. En el cas dels calmants, recordi que és preferible fer-ho a les hores prescrites, abans que aparegui el dolor fort.
- * No prengui cap medicament de venda lliure en el mercat, sense consultar amb el metge.

VAGI AL SEU METGE:

- * Si la ferida canvia d'aspecte i apareix: envermelliment, calor, inflamació o augment del dolor a la zona de la intervenció.
- * Si observa altres símptomes com:
 - * Dificultat en empassar o respirar
 - * Febre de 37'5^o o més
 - * Formigueig a les mans i/o boca
 - * Mal de cap freqüent, acompanyat d'ansietat i nerviosisme.