



IZTERRONDOKO HERNIA HERNIA INGUINAL

Medikuari abisatu behar diozu honelakorik gertatuz gero:

- ↪ Odoljario handia
- ↪ Sukarra (38° C-tik gorakoa)

HERNIA konpontzeko ebakuntza egin berri dizute. Behar bezala osatzeko, bete gomendio hauek:

1. Hasieran, dieta biguna jan (zuntz askoko dieta: frutak, berdurak, lekaleak,...), eta edan likido ugari idorreririk ez izateko (hesteak ez lehertzeko).
2. Etxera heltzean, ohean etzan. Hurrengo egunean, altxa zaitzke: eserita egon edo etxetik oinez ibili. Hirugarren egunean kalera irten zaitzke paseatzera, baina esfortzu handirik egin gabe.
3. Hurrengo egunetan, begiratu kalenturarik ote daukazu, iluntze aldera. Ebakuntza egin eta bi egunetara, dutxatu zaitzke edo zauriaren aldea garbitu dezakezu. Lehenengo, apositua edo gaza kendu behar da. Dutzatu eta zauria ondo lehortu ondoren, jarri beste apositu bat edo estali gabe utzi (nahi erara).
4. Ez kezkatu zauriaren inguruan ubeldura antzekorik agertuz gero; hori ere pixkanaka joango da.
5. Baliteke gizonek handitua igartzea izterrondoa, barrabilak edo zakila. Slip estua erabili interbentzioaren ondoko egunetan. Larrialdietara joan handituegi ikusiz gero. Emakumeek izterrondoa edo ezpain nagusiak eduki ditzakete handituta; hauxe ere, pixkanaka joango da

Ez egin ahalegin fisikorik, ez pisurik jaso, 3 – 4 astetan.

Kirurgiako Kontsultara joan behar duzu:

EGUNA: _____

Es necesario que avise a su médico en caso de:

- ↪ Sangrado excesivo
- ↪ Fiebre (más de 38° C)

Acaba de ser operado de HERNIA. Para una óptima recuperación siga las siguientes recomendaciones.

1. Al principio tome una dieta blanda siendo rica en fibra (frutas, verduras, legumbres...) y deba abundantes líquidos para evitar el estreñimiento.
2. Al llegar a casa repose en cama. Al día siguiente puede levantarse, permaneciendo sentado o paseando por casa. Al tercer día puede salir a la calle y pasear sin forzar.
3. Tómese la temperatura por la tarde-noche en los próximos días. Puede ducharse a partir de las 24 h., de la intervención. Antes se quitará el apósito. Después de ducharse y secar bien la herida, puede cubrirla con un nuevo apósito o bien dejarla al aire (como prefiera).
4. No se preocupe si aparece una ligera coloración violácea, como un "cardenal" alrededor de la herida; desaparecerá poco a poco, cambiando de color.
5. En los hombres es posible que note hinchazón en la ingle, en los testículos o en el pene. Lleve un slip ajustado los días siguientes a la intervención. En las mujeres puede aparecer hinchazón en la ingle o en los labios mayores. Es una inflamación pasajera que irá desapareciendo poco a poco.

No realice esfuerzos, ni coja pesos durante 3-4- semanas siguientes a la operación.

Acudirá a Consulta de Cirugía el día:
