



## KISTE SAKROA

### QUISTE SACRO

Medikuari jakinarazi honelakorik geratuz gero:

- ↪ Odoljario handia
- ↪ Min handia
- ↪ Sukarra (+38° C)

KISTE SAKROko ebakuntza egin berri dizute. Behar bezala osatzeko, hartu kontuan gomendio hauek:

1. Arin afaldu (salda, natillak, flana, jogurta,...)
2. Biharko gosaritik aurrera, dieta biguna hartu, zuntz askoko dieta (frutak, berdurak, lekaleak,...), eta edan likido ugari idorreririk ez izateko (hesteak ez lehortzeko)
3. Lehenengo gauean, ahoz gora lo egin behar duzu, zaurian sakatzeko eta odolik ez ateratzeko
4. Gorputza zatika garbitu, baina ez ukitu apositua, kontsultara itzultzen zaren arte
5. Bigarren egunetik aurrera, nahi duzun bezala lo egin dezakezu, baina ez hartu postura beharturik
6. Neurtu tenperatura, iluntze aldera, hurrengo egunetan

Es necesario que avise a su médico en caso de:

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

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

1. Cene ligeramente (caldo, natillas, flan, yogurt,...).
2. A partir del desayuno de mañana, tome una dieta blanda siendo rica en fibra (frutas, verduras, legumbres...) y beba abundantes líquidos para evitar el estreñimiento.
3. La primera noche debe dormir boca arriba para hacer presión en la herida y evitar sangrar.
4. Puede lavarse por partes no tocando el apósito hasta que vuelva a la consulta.
5. A partir del segundo día, puede dormir en la posición que desee, pero evite posturas forzadas.
6. Tómese la temperatura por la tarde-noche en los próximos días.