

Recomendaciones al alta tras cirugía craneal (HLZ,CIMA, HVdM)

Cuidados de la herida quirúrgica

- Puede lavar la herida quirúrgica con agua y jabón. Séquela bien.
- Puede lavar el cabello con jabón suave antiséptico.
- No se recomienda el uso de agua oxigenada o productos yodados, ya que retrasan la cicatrización y no son necesarios en heridas limpias.
- No utilice productos químicos en el cabello, como tintes durante 2 meses.
- Los hematomas son normales alrededor de las incisiones y en las áreas próximas.
- Debe mantenerse la piel bien hidratada. La herida quirúrgica no debe estar en contacto con lociones ni aceites mientras permanezca la sutura quirúrgica. Tras la retirada de la misma, cuando el facultativo indique, puede hidratarse con lociones o aceites en pequeña cantidad.
- No exponer las heridas quirúrgicas al sol ni a rayos ultravioletas. Utilice protección solar y cubra la herida si va a exponerse al sol.
- Se recomienda abstenerse del consumo de tabaco, ya que reduce la capacidad de cicatrización.

Dieta

- Puede tomar una dieta normal. Se recomienda no abusar de comidas copiosas y beber abundante líquido.
- No tome alcohol.
- Es importante evitar el estreñimiento.

Actividad física

- Es aconsejable caminar. Evite el cansancio dando pequeños paseos y descansando cuando necesite.
- Se aconseja evitar labores domésticas que impliquen esfuerzo, movilidad abdominal o movilización de pesos.
- Intente no flexionar la cintura al agacharse.
- Utilice las barandillas cuando suba o baje escaleras para aumentar su estabilidad.
- Descanse con la almohada elevada.

Estado anímico

Es habitual sentir cierto grado de depresión días después de la cirugía, que suele solucionarse rápidamente. Igualmente, suelen sentir ansiedad, miedo e indefensión a volver a casa. Es normal tras cualquier cirugía mayor, ya que unos días se sentirán mejor que otros: procure valorar su estado de semana en semana y nunca de día en día. Si necesita ayuda, no dude en consultar con su facultativo.

Signos de alarma

- Disminución del nivel de consciencia.
- Agitación.
- Convulsiones.
- Cefalea intensa.
- Vómitos, especialmente si no se acompañan de náuseas previas.
- Dolor o ardor en la herida quirúrgica que no cede.
- Cambios en la visión (visión doble).
- Dificultad para hablar o emitir la palabra correcta.
- Rigidez en el cuello.
- Sensibilidad a la luz.
- Alucinaciones.
- Dificultad para moverse.
- Mal estado general.
- Entumecimiento.
- Salida de líquido claro y continuo por la nariz.
- Fiebre y escalofríos.

Acuda al médico si observa alguno de estos signos.