

## Clínica Cirúrgica - Programa de Educação ao Paciente

### Orientações de alta - cirurgias abdominais

Nome: \_\_\_\_\_

#### Orientações Gerais

As orientações pós-operatórias para pacientes que passaram por cirurgia abdominal podem variar dependendo do tipo específico de procedimento realizado. No entanto, aqui estão algumas orientações gerais que podem ser aplicadas ao seu caso

#### Repouso Adequado

Descanse conforme as orientações do seu médico. Evite esforços físicos intensos nas primeiras semanas.

#### Hidratação e fibras

- Quando estiver bem, poderá beber líquidos em pequenas quantidades. Continue a ingerir bastante líquidos, entre 8 a 10 copos por dia, se liberado.
- Coma alimentos ricos em fibra para não ter que se esforçar durante a evacuação.

#### Movimentação e atividades

- Aumente lentamente suas atividades. Certifique-se de se levantar e caminhar a cada hora ou mais para evitar coágulos sanguíneos.
- É normal sentir-se cansado. Você pode precisar dormir mais do que o normal.
- Atividade sexual deve aguardar pelo menos 14 dias dependendo da operação.
- Evite atividades que envolvam esforço abdominal, como levantar objetos pesados ou realizar exercícios intensos.
- Use técnicas apropriadas para tossir ou espirrar, como pressionar suavemente a área abdominal com um travesseiro.

#### Trabalho e retorno a escola

- Você pode voltar ao trabalho ou escola após a liberação médica.
- Não carregar peso ou participar de atividades com muita exigência física por pelo menos 8 a 10 semanas.

#### Cuidado com as feridas

- Sempre lave as mãos antes e depois de tocar perto do local da incisão.
- Nada de piscina ou praia até a retirada dos pontos. Você pode tomar um banho e molhar a ferida após o segundo dia de pós-operatório, a menos que lhe digam para não fazer isso.
- Uma pequena quantidade de secreção saindo da incisão é normal. Se a drenagem for grossa e amarela ou o local estiver vermelho, você pode ter uma infecção, então procure atendimento médico.

- Se você tiver um dreno em uma de suas incisões, ele será retirado quando a drenagem parar no atendimento médico.
- Use roupas folgadas e evite o sol.
- Sua cicatriz irá ficar boa em aproximadamente 4 a 6 semanas e irá ficar mais macia

### **Quando procurar atendimento**

- Dor que não melhora ou piora da dor abdominal
- Febre (acima de 38.3°C)
- Vômitos persistentes
- Dor, vermelhidão, sangramento ou secreção com odor ruim pela ferida operatória
- Intestino que não se move ou parada de eliminação de gases por 3 dias
- Diarréia aquosa por mais

### **Peça cirúrgica**

Qualquer órgão retirado é enviado para exames. Você deve comparecer ao hospital para pegar o resultado do anatomopatológico em 30 dias

### **Medicação**

Lembre-se de tomar as medicações nas horas prescritas. É importante completar todo o tratamento

### **Peso**

Não levantar mais do que 5 kilos. Você poderá ter uma hérnia incisional e ter que operar novamente para corrigir

Rio de Janeiro, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_  
Assinatura e carimbo