

RECOMENDACIONES DE ENFERMERÍA AL ALTA TRAS CIRUGÍA COLECISTECTOMÍA POR LAPAROSCOPIA

Una colecistectomía es una cirugía que se utiliza para extirpar la vesícula. La vesícula biliar es un órgano con forma de pera que se encuentra debajo del hígado, en el lado superior derecho del abdomen. Su función es recoger y almacenar la bilis, que es un líquido digestivo que se produce en el hígado.

La intervención se realiza insertando una cámara de video diminuta e instrumentos especiales a través de varias incisiones pequeñas para ver dentro del abdomen y extirpar la vesícula biliar. Este procedimiento se llama colecistectomía laparoscópica.

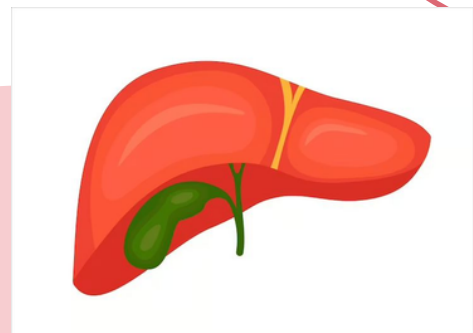
El día de la intervención deberá acudir a admisión de urgencias a la hora que se le ha indicado.

El celador le acompañará a la habitación donde se le preparará para quirófano.

Tras ponerse el camión proporcionado, se le tomarán las constantes vitales, se le canalizará una vía periférica para administrar sueroterapia pautada, puede que antes de la operación se le administre también algún antibiótico intravenoso según indicación facultativa.

Se procederá a realizar el rasurado de la zona.

Tras la operación irá a reanimación y después volverá a la planta, se le dará tolerancia a la hora indicada por el facultativo.



RECOMENDACIONES TRAS LA INTERVENCIÓN

CUIDADOS DE LA HERIDA:

Debe mantener el apósito seco y limpio, procederá a limpiar la herida con suero fisiológico secándola después con toques pequeños y posteriormente aplicar antiséptico tipo povidona yodada o clorhexidina, colocando un apósito nuevo posteriormente. Acudir a la retirada de puntos cuando su facultativo se lo indique.

Es normal también que presente distensión abdominal los primeros días es debido al acúmulo de gas en el abdomen, estar incorporado y caminar le ayudará a disminuir estas molestias.

MOVILIDAD: Tendrá reposo relativo.

Evitar esfuerzos, coger peso, realizar movimientos bruscos. Ir aumentando actividad progresivamente, comenzando dando pequeños paseos.

ACUDIR A URGENCIAS SI PRESENTA:

Fiebre, sangrado, enrojecimiento, supuración o inflamación de la herida, dolor intenso que no cede con analgesia pautada.



DIETA TRAS COLECISTECTOMÍA

DIETA: será dieta blanda, rica en fibra para evitar el estreñimiento, evitar comidas pesadas, ácidas, sin grasas.

La presencia de gases es habitual por lo que deberá evitar todo alimento que le produzca gases: legumbres, coles, lechuga, etc. Controlar la cantidad de grasa que se consume. Hay que asegurarse de que las grasas que se consumen no superen 30% del total de calorías que se consume. Recomendar el consumo de una dieta baja en grasas evitando las grasas saturadas, aceites procesados, harinas refinadas, alimentos fritos, alimentos procesados, etc. es la clave.

Debe basarse en una dieta alta en fibra también. Siempre se concentran en la siguiente fórmula:

Frutas frescas y vegetales (al menos 1 ración / día) + Fuentes de proteína magra (pescado, pavo, pollo) + Grasas saludables.

Tipo de cocción preferente a la plancha. Vigilar el alcohol, tabaco, salsas y alimentos especiados o picantes.

RECOMENDACIONES GENERALES

- Coma lentamente, tómese su tiempo.
- Mastique bien los alimentos.
- Haga comidas fraccionadas, no coma abundantemente en una misma comida.
- Evite los alimentos que provocan flatulencias o gases.
- Evite las grasas de forma general
- **ALIMENTOS PERMITIDOS:** Leche desnatada, verduras y frutas hervidas o a la plancha (zanahoria, melocotón, pera, manzana) carne de vaca magra y pechuga de pollo sin piel, mermelada, azúcar y dulces, arroces, panes sin grasa, Infusiones (té y manzanilla).

ALIMENTOS BIEN TOLERADOS QUE EN OCASIONES PUEDEN DAR PROBLEMAS: VERDURAS CRUDAS, PATATAS Y MAÍZ, FRUTAS CRUDAS: EVITAR CÍTRICOS, YOGUR Y LECHE ENTERA, CEREALES, REPOSTERÍA Y QUESOS BAJOS EN GRASAS.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS

Carnes grasas: cordero y cerdo, embutidos, pescado azul, mariscos, yema de huevo, chocolate, quesos grasos, mantequilla y margarina, frutos secos especialmente cacahuètes, sesos.