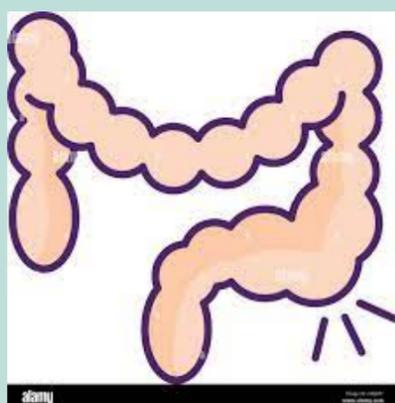
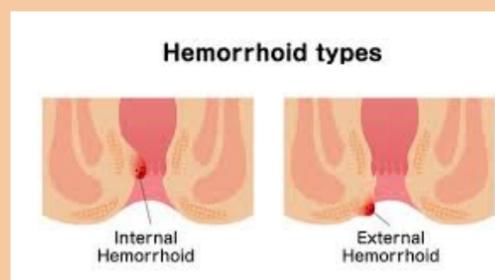


RECOMENDACIONES DE ENFERMERÍA AL ALTA EN HEMORROIDECTOMÍA



La hemorroidectomía es una intervención quirúrgica que consiste en extirpar las hemorroides cuando no se pueden reducir por otras vías, son muy voluminosas y causan sangrado.

Las hemorroides están considerada una de las patologías colorectales más frecuentes, consiste en el engrosamiento y dilatación de las venas hemorroidales situadas en la parte inferior del recto, dentro de su cara interna y bajo la piel alrededor del ano. En función de su ubicación se pueden ser internas (dentro del ano) o externas (fuera del ano).



Se procederá a realizar el rasurado de la zona. Según el orden de quirófano se le llevará al quirófano. Tras la operación irá a reanimación y después volverá a la planta, se le dará tolerancia a la hora indicada por el facultativo. Si la tolerancia es correcta, realiza micción espontánea y se levanta sin dificultad, se marchará al domicilio.

RECOMENDACIONES TRAS EL ALTA

- Realizar lavado de la zona después de cada deposición.
- Es recomendable hacer baños de asiento con agua templada.
- Tras lavado y baño de asiento colocar gasa estéril.
- Secar la zona con cuidado con pequeños toques de forma suave.



Consejos para las hemorroides



Evitar el estreñimiento con la alimentación.



Tras la defecación limpiar con suavidad.



Tomar abundante agua.



Realizar baños de agua tibia o fría.



Evitar esfuerzos durante la defecación.



Evitar alimentos picantes.



Tomar aportes de fibra.



Realizar ejercicio físico.



Tomar frutos rojos con flavonoides.



Evitar el consumo de alcohol.

- Dieta rica en fibra para evitar el estreñimiento.
- Evitar alimentos que formen gases, comidas abundantes, pesadas o muy grasas, picantes y especias, alimentos ricos en azúcar, arroz, quesos curados y pan blanco.
- Aporte adecuado de agua, unos 2L diarios.
- Eliminar el consumo de café y alcohol así como el tabaco.
- Reposo relativo durante las primeras 24 horas, después es recomendable realizar pequeños paseos para favorecer la activación de la circulación y prevenir la aparición de gases.
- No realizar ejercicios fuertes o intensos ni levante peso hasta que la cicatrización sea completa.

-No usar ropa apretada, cinturones muy apretados, ropa muy ceñida, puede producir acumulo sanguíneo en la pelvis. No utilice pantalones muy ajustados. Utilizar ropa interior de algodón, cómoda y suelta.

-Acudir a urgencias si presenta: fiebre, dolor intenso, sangrado cuantioso, incontinencia anal o incapacidad de realizar deposiciones.