



Recomanacions per a les cures del malalt a l'alta CIRURGIA MENOR.

L' han intervingut de _____

Volem donar-li uns consells, perquè algunes de les cures que ha rebut durant la seva estada a l'Hospital tinguin una continuïtat en el seu domicili, i es recuperi al més aviat possible.

- * Haurà de procurar que la ferida cicatritzi al més aviat possible, per això:
 - * Pot dutxar-se diàriament, si no li diuen el contrari la ferida pot mullar-se. Si duu punts, esbandeixi's amb cura i assequi's sense fregar, amb petits tocs o ajudant-se d'un assecador amb aire fred.
 - * Desinfecti's la ferida amb povidona iodada (de venda a farmàcies). No és necessari que la ferida estigui tapada.
 - * No exposi la cicatriu al sol. Quan ho faci, utilitzi pomada de protecció total (superior a 25).

- * Les limitacions de la seva activitat variaran d'acord amb com es trobi, però en general:
 - * No podrà reprendre el seu treball fins que el metge li doni l'alta.
 - * No condueixi fins que li indiqui el metge
 - * Pot passejar i pujar escales sense fatigar-se.
 - * Limiti les tasques que li suposin un sobresforç físic.

- * La dieta que ha seguir serà _____

- * Recordi la importància de fer una bona hidratació, almenys 8 vasos d'aigua al dia. Això l'ajudarà a evitar el restrenyiment.
- * Eviti els menjars copiosos i amb moltes espècies ja que poden donar molèsties gàstriques, inflor i digestions pesades.
- * Si té dolor, segueixi prenent els calmants que li ha indicat el seu metge. Recordi que és millor prendre'ls a les hores prescrites, que esperar que aparegui el dolor fort.
- * No prengui cap medicament de lliure consum, sense consultar el seu metge.

VAGI AL SEU METGE en cas que:

- * La ferida canviï d'aspecte i aparegui: envermelliment, inflamació, calor, enduriment, dolor o possible supuració de la ferida operatòria.
- * Febre més alta de 37'5°
- * Nàusees, vòmits i diarrees.