

Instrucciones para el paciente luego de la operación abierta de la vesícula biliar

A usted le practicaron una cirugía para extirparle la vesícula biliar. El cirujano le hizo una incisión (corte) de 10 a 15 centímetros en el abdomen y luego extirpó la vesícula biliar metiendo la mano a través de la incisión y sacándola suavemente.

Qué esperar en el hogar

Recuperarse de una colecistectomía abierta toma de 4 a 8 semanas. Usted puede tener algunos de estos síntomas a medida que se recupere:

1. Dolor en el abdomen. También puede tener dolor en uno o ambos hombros durante varios días después de la cirugía.
2. Dolor en la incisión durante 1 a 2 semanas, el cual debe mejorar cada día.
3. Dolor de garganta a causa del tubo respiratorio. Chupar trozos de hielo o hacer gárgaras puede ser calmante.
4. Náuseas y quizá vómitos. El cirujano puede proporcionarle medicamento para las náuseas de ser necesario.
5. Heces sueltas después de comer que puede perdurar de 4 a 8 semanas.
6. Hematoma alrededor de la herida que desaparecerá por sí solo.
7. Enrojecimiento de la piel alrededor de la herida, lo cual es normal.
8. Una pequeña cantidad de líquido acuoso o sanguinolento y oscuro proveniente de la incisión, lo cual es normal durante varios días después de la cirugía.

El cirujano puede haber dejado 1 ó 2 tubos de drenaje en el abdomen:

1. Uno ayudará a eliminar cualquier líquido o sangre que quede en el abdomen.
2. El segundo tubo drenará la bilis mientras usted se restablece y el cirujano lo retirará en unas semanas. Antes de retirarlo, le tomarán una radiografía especial llamada colangiografía.
3. Usted recibirá instrucciones para el cuidado de estos drenajes antes de salir del hospital.

Actividad

Organice para que alguien conduzca del hospital a la casa. **NO** maneje usted mismo.

Usted debe ser capaz de realizar la mayoría de sus actividades regulares en 4 a 8 semanas. Antes de eso:

1. No levante nada que pese hasta que vea a su médico.
2. Evite toda actividad extenuante, lo cual incluye ejercicio fuerte, levantar pesas y otras actividades que lo hagan respirar duro o esforzarse.
3. Hacer caminatas cortas y usar las escaleras está bien.
4. Los quehaceres domésticos livianos están bien.
5. NO se exija demasiado. Incremente la cantidad de ejercicio lentamente.

Manejo del dolor

1. El médico le recetará analgésicos para tomar en la casa.
2. Si usted está tomando pastillas para el dolor 3 ó 4 veces al día, trate de tomárselas a las mismas horas cada día durante 3 a 4 días, ya que pueden ser más efectivas de esta manera.
3. Pruebe levantándose y cambiando de sitio si está teniendo algo de dolor en el abdomen. Esto puede aliviarlo

Presione con una almohada o simplemente con ambas manos sobre su incisión, cuando tenga tos o estornude para aliviar la molestia y proteger la incisión.

Cuidado de la herida

Cambie el apósito sobre su herida quirúrgica una vez por día o antes si se ensucia. El médico le dirá cuándo no necesita mantener su herida cubierta. Mantenga el área de la herida limpia lavándola con jabón suave y agua. Ver también: Cuidados de heridas quirúrgicas.

Usted puede retirar los apósitos de la herida y tomar duchas si se utilizaron suturas, grapas o goma para cerrar la piel.

Si se utilizaron cintas quirúrgicas (Steri-strips) para cerrar su incisión:

- Cubra la incisión con una envoltura de plástico antes de ducharse durante la primera semana.
- NO trate de lavar las cintas Steri-Strips ni la goma. Deje que se desprendan por sí solas.

No se moje en una bañera o en un *jacuzzi* (hidromasaje) ni vaya a nadar hasta que el médico le diga que no hay problema.

Cuidados personales

Consuma una dieta normal, pero tal vez necesite evitar los alimentos grasos o picantes durante algún tiempo.

Si tiene heces duras:

- Trate de caminar y estar más activo, pero no exagere.

- Si puede, tome menos de algunos de los analgésicos que el médico le dio, ya que algunos de ellos pueden causar estreñimiento.
- Ensaye con un ablandador de heces que puede conseguir en cualquier farmacia sin necesidad de receta.
- Pregúntele al médico o a la enfermera si puede tomar leche de magnesia o citrato de magnesio. NO tome ningún laxante sin preguntar primero.
- Pregúntele al médico por alimentos que sean ricos en fibra o pruebe con *psyllium* (Metamucil).

Control

Le solicitarán que asista a una cita de control con el médico en las semanas siguientes a la extirpación de la vesícula biliar.

Cuándo llamar al médico

Llame al médico o a la enfermera si:

- Tiene fiebre de más de 38° C.
- La herida quirúrgica está sangrando, está roja o caliente al tacto.
- La herida quirúrgica tiene una secreción espesa o lechosa de color amarillo o verde.
- Tiene dolor que no se alivia con los analgésicos.
- Es difícil respirar.
- Tiene una tos que no desaparece.
- No puede beber ni comer.
- La piel o la esclerótica de los ojos se torna de color amarillo.
- Sus heces son de un color gris.