

Nombre: .....  
Apellidos: .....  
Edad: .....  
N° Historia: .....  
N° S/S: .....

## RECOMENDACIONES DE ENFERMERIA AL ALTA

### HISTERECTOMÍA VAGINAL

- Es fundamental mantener una buena higiene general, la ducha diaria es lo más aconsejable.
- Cura local con Povidona yodada (Betadine) una vez al día.
- Mantener la herida limpia y seca para su mejor cicatrización, cambiando con frecuencia las compresas y siempre después de realizar una micción.
- Los puntos se caerán por sí solos en 20-30 días.
- Evite estar mucho tiempo de pie para evitar tensión perineal.
- Tomar una dieta rica en fibra y abundantes líquidos para prevenir el estreñimiento.
- Si aparece fiebre alta (>38°) de más de 2 días de evolución o flujo maloliente, acudirá a su Médico de cabecera.
- Si presenta dolor, tomar los analgésicos que habitualmente tome, excepto ácido acetilsalicílico (aspirina).
- Durante un periodo comprendido entre 6-8 semanas no podrá mantener relaciones sexuales.
- Evitar realizar actividades deportivas, esfuerzos físicos, levantar peso, etc.
- Si todavía tenía la menstruación antes de la intervención, después de ésta no la volverá a tener.
- En caso de dificultad al orinar o incontinencia urinaria después de la intervención, ponerlo en conocimiento de su Médico de Cabecera.