



RECOMENDACIONES AL ALTA HOSPITALARIA EN PIELOPLASTIA

La información que a continuación le ofrecemos, le ayudará a conocer la evolución de su proceso y manejar las posibles complicaciones que puedan surgir.

En lo referente a la propia intervención quirúrgica siga los siguientes consejos:

Se irá de alta con grapas en la herida. Se le entregará el informe de alta de enfermería donde se le indicará la fecha de retirada en su centro de salud.

Tendrá una herida quirúrgica en el abdomen, mantenga la herida limpia. Puede lavar la herida en la ducha, con agua y jabón, después séquela bien mediante toques, sin frotar y desinféctela con el antiséptico que le hayan indicado. La herida puede estar al aire, si lo prefiere cúbrala con un apósito.

- Si no se ve capaz de hacer la cura puede acudir a su Centro de Salud. Se le habrá colocado un catéter interno (doble J) que va desde el riñón a la vejiga, el médico le dará una cita en Consultas Externas para su retirada en 4 – 6 semanas. Puede tener deseo de orinar con más frecuencia de lo normal, puede sentir alguna molestia al orinar y la orina puede teñirse con algo de sangre, **todo esto es normal**. Desaparecerá cuando le retiren el catéter.
- **Orine** al primer signo de necesidad, no aguante, de lo contrario podría tener dolor tipo cólico en la zona lumbar por reflujo.

Actividad

- Durante el primer mes procure reducir su actividad, dé paseos cortos, puede subir y bajar escaleras.
- La actividad física moderada favorece la recuperación: de paseos y realice actividades que no le supongan grandes esfuerzos. Evite coger pesos y golpes así como deportes que requieran esfuerzo físico importante (natación, bicicleta, boxeo, correr...). Si práctica deporte habitualmente, consulte con su urólogo/a antes de ser dado de alta.
- **Evite** periodos prolongados de estar sentado o en la cama.

Alimentación

- Introduzca en su dieta habitual alimentos ricos en fibra (verduras, frutas, etc...) para evitar el estreñimiento.
- Después de la intervención quirúrgica puede aparecer estreñimiento, si no mejora con la dieta, consulte con su médico de Atención Primaria.
- Se aconseja una ingesta de líquidos de 1,5- 2 litros diarios para favorecer el buen funcionamiento del riñón e hidratación. Puede beber zumos, caldos, infusiones....

Higiene

- Se puede duchar, pero no bañar, hasta que cicatrice completamente la herida, aproximadamente 3 - 4 semanas.
- Evite la exposición al sol de la herida al menos durante el primer año. Aplíquese crema de protección solar alta o cúbrase la zona de la cicatriz.

Referente a la sexualidad

- **Evite la actividad sexual** hasta que se cure la herida y se le retire el catéter.

Acuda a su centro de salud o consulte con su enfermera/o de Atención Primaria:

- Si tiene dolor intenso que no cede con los calmantes que le han prescrito.
- Si tiene fiebre igual o superior a 38° C.
- Si tiene síntomas de infección en la herida: Más enrojecimiento, calor, secreción purulenta y olor desagradable.
- Si no puede orinar, o si expulsa abundantes coágulos al orinar.