



OSPITALEKO ALTAREN OSTERAKO GOMENDIOAK MASKURIKO ERRESEKZIO ENDOSKOPIKOAN

Jarraian duzun informazioa lagungarria izango zaizu zure prozesuaren bilakaeraren berri jakiteko eta sor daitezkeen konplikazioak maneiatzeko.

Interbentzio kirurgikoari berari dagokionez, jarraitu honako aholku hauei:

- Har ezazu tenperatura egunean behin, hobe arratsaldean. Hurrengo egunetan sukarrak ez erabili, ezta ezazu ere, familia-medikuari kontsultatu.

Interbentzio kirurgikoa egin eta 15 egunera gutxi gorabehera, baliteke berriro odola ateratzea pixa egitean, eremu kirurgikoaren erresekzioan eskara askatzen bada. Hala gertatuz gero, hartu atsedean eta edan likido ugari gernua argitzea lortu arte. Hala ere odola ateratzen bada oraindik, jo Larrialdi Zerbitzura.

Ariketa

- Lehen hilean, saiatu ariketa gutxiago egiten: egin paseo laburrak eta ez hartu zamarik. Saia zaitez ahalegin fisiko handia eskatzen duen jarduera edo kirolak ez egiten. Gidatzea ere ahalegin fisikoa da osatze-prozesuan. Bidaia luzerik egin behar izanez gero, gelditu noizbehinka pixka egiteko; ez zaitez luzaroan egon pixa egin gabe.
- Ez da komeni denbora gehiegi atsedean hartzen, eserita edo ohean egotea. Jarduera fisikoa neurritz egiteak osatzen lagunduko dizu: ibili eta egin jarduera arinak.

Elikadura

- Idorrierarik ez izateko, sartu dietan zuntz askoko janariak (barazkiak, frutak, konpotak...).
- Edan gutxienez 2 litro ur egunean. Ura ez bazaizu gustatzen, zukuak, infusioak edo saldak har ditzakezu (kontraindikazio medikorik ez bada).

LIBRATZERAKOAN, EZ DUZU AHALEGIN HANDIRIK EGIN BEHAR. HORRELA, EZ ZAIZU ODOLIK ATERAKO PIXA EGITEAN, ETA EZ ZAIZU BARNEKO ZAURIA IREKIKO.

- Normala da interbentzioaren ondoren idorria izatea. Dietarekin hobetzen ez bada, libragarriak har ditzakezu, ahotik (jarabeak) edo uzkitik (glizerina-supositorioak edo mikro-enemak).

Higienea

- Funtsezkoa da genitalak garbitzea. Honela garbitzea gomendatzen dizugu:

Gizonezkoen kasuan: atzeratu prepuzioa, garbitu urarekin eta xaboiarekin, eta ez ahaztu prepuzioa berriz aurreratzeaz, zakila inflamatu ez dadin. Maniobra hori ez da beharrezkoa fimosia eginda bazaude.

Emakumezkoen kasuan: zabaldu ezpainak eta garbitu ura eta xaboiarekin, goitik behera eta barrutik kanpora. Ez ahaztu urarekin ondo garbitzea

Uretrako zunda kentzea

- Uretrako zunda kendu ondoren, gogoan izan odola edo odolbatua atera dakizukeela gernuan. Zaindu ezazu hori, eta, etengabe gertatzen bazaizu, kontsultatu medikuari. Likido gehiago edateak gernua argitzen lagunduko dizu. Normala da interbentziotik bi-hiru astera hori gertatzea.
- Normala da gernu-ihesak eta erresumina izatea edo gernuaren isuria ez kontrolatzea. Normalduz joango zaizu pixkanaka.

Sexu-jarduna

Odola isurtzeko arriskuagatik, lehen hamar egunetan ez izan sexu-harremanik.

Alta ematean, txosten mediko bat emango dizute, eta hor azalduko da zein egunetan joan behar duzun berriz kontsultara. Egun horretan, biopsiaren emaitza jakinaraziko zaizu, eta zehaztuko zaizu ea baden beharrik beste tratamendu edo kirurgiarik egiteko.

Kontsultarako telefonoak:

AUOko KANPO KONTSULTAK 7. solairua

945 00 75 47

Berrikusia: 2018ko maiatza**IO-UROLOGIA-24**

Gehiago jakin nahi baduzu, lasai galdetu artatzen zaituzten profesionali.