# FISURA ANAL: RECOMENDACIONES GENERALES

Evite el estreñimiento tomando alimentos con mucha fibra en la dieta: fruta, verdura, cereales integrales y legumbres. Si prevé que la dieta no va ser suficiente, puede tomar suplemento de salvado agregado a la comida y si tiene tendencia al estreñimiento, se le recomendará en la consulta utilizar laxantes formadores de bolo fecal, como Plantago ovata. Beba abundantes líquidos: entre 1,5 a 2 litros de agua al día.

1. Realice baños de asiento con agua tibia-caliente (entre 38 y 40 grados) 4 veces al día y después de cada deposición, procurando evitar el uso de papel higiénico. El baño se realiza sumergiendo la zona anal durante 5-10 min en el agua. Tras el baño se secará mediante toques con una toalla o con el aire caliente de un secador de pelo.
2. Se aplicará RECTOGESIC GEL, 1 vez cada 8 horas, inicialmente durante 8 semanas. Es conveniente que lea el prospecto del producto donde se indique como aplicárselo.
3. Tome, el analgésico que le haya prescrito su médico y con la pauta indicada.
4. Acudirá a la consulta de su cirujano/a, según se le indique.

## RECTOGESIC GEL:

Indicaciones:

Este gel está indicado para el tratamiento de las fisuras anales.

Posología y modo de administración:

Se pondrá aproximadamente 1 cm del gel cada 8 horas sobre el dedo índice y posteriormente se lo aplicará en el ano, masajeando la zona alrededor del margen anal, SIN introducirlo en su interior.

El tratamiento se mantendrá en principio 2 MESES (8 semanas).

Efectos adversos:

Este medicamento presenta muy raramente efectos adversos. Se considera normal que pueda notar escozor en la zona perianal o dolor de cabeza.

Conservación:

Mantenga este medicamento a temperatura ambiente y protegido de la humedad.