



## INFORMACIÓN A PACIENTES TRAS HISTEROSCOPIA AMBULATORIA

### ¿Qué es una histeroscopia?

La histeroscopia es una técnica mínimamente invasiva que permite visualizar el interior del útero mediante una cámara muy fina que se introduce a través del cuello uterino. Se realiza de forma ambulatoria, sin necesidad de anestesia, y permite estudiar o tratar alteraciones del endometrio.



### ¿Qué puede notar después de la prueba?

Es normal que aparezcan algunos de los siguientes síntomas, que no deben preocupar:

- Leve sangrado vaginal (como una regla escasa).
- Molestias abdominales tipo menstrual.
- Pequeño flujo acuoso o de color marrón.

Estos síntomas suelen durar entre unas horas y pocos días, habitualmente entre 3 y 5 días.

### 💡 Recomendaciones tras la Histeroscopia:

#### • Actividad física:

Tras la prueba puede incorporarse a la vida normal. Evite esfuerzos intensos el mismo día del procedimiento.

#### • Higiene íntima:

No use tampones ni realice duchas vaginales. Evite baños prolongados y sumergirse en piscinas durante 2-3 días.

#### • Relaciones sexuales:

Se recomienda esperar a que finalice el sangrado o flujo, habitualmente 3-5 días.

#### • Medicación:

Si tiene dolor, puede tomar paracetamol (500–650 mg cada 6–8 horas) o ibuprofeno (400 mg cada 8 horas), salvo contraindicación médica.



#### ⚠ Consulte si presenta:

- Fiebre >38 °C.
- Sangrado abundante (más que una menstruación normal).
- Dolor abdominal intenso o persistente.
- Flujo vaginal maloliente.
- Molestias al orinar o síntomas urinarios intensos.



#### 📅 Seguimiento:

Si se ha realizado alguna toma de muestra (biopsia), le informaremos del resultado en la próxima consulta.