

Cirugía de hemorroides: *instrucciones para el hogar*

¿Qué es una cirugía de hemorroides?

La cirugía de **hemorroides** es un procedimiento para extirpar las venas grandes hinchadas del interior o exterior del ano (la abertura por donde salen las heces).

¿Qué puedo esperar después del procedimiento?

Es normal tener un poco de sangrado, secreción o comezón durante un breve período después de la cirugía.

Medicamento

Tome los analgésicos exactamente como se lo indicó el médico. Los analgésicos pueden causar estreñimiento, y esto aumentará su dolor. Únicamente use analgésicos si realmente los necesita.

- Si tiene **estreñimiento**, use un laxante suave.
- Si **no tiene estreñimiento pero sus heces son duras**, use un ablandador de heces. Esto ablandará las heces sin producir diarrea. Beber más líquidos de lo habitual también puede ayudar.

Use almohadillas y supositorios para ayudar a aliviar los síntomas.

- Aplique las **almohadillas** en las hemorroides para ayudar a reducir el dolor y la comezón, y acelerar la curación. Pídale a su médico que le recomiende las almohadillas más adecuadas para su situación.
- Los **supositorios** pueden usarse de manera segura durante la recuperación, pero no se deben utilizar durante un largo período. Pregúntele a su médico acerca de cuánto tiempo debe usar un supositorio.



¿Cuándo debo llamar a mi médico?

Llame a su médico de inmediato si tiene alguno de estos síntomas:

- Escalofríos o fiebre superior a 101 °F (38 °C)
- Abundante sangrado del recto (más de 1 taza de sangre en 24 horas).
- Problemas para orinar (hacer pis)
- No ha evacuado durante más de 48 horas (2 días).
- El dolor del recto empeora.
- Tiene una reacción al analgésico.

Actividad

- **No conduzca mientras está tomando analgésicos.** Haga los arreglos necesarios para que alguien lo lleve a las citas.
- **No levante objetos pesados ni haga actividad extenuante durante 1 o 2 semanas después de la cirugía.**
- **Tome un baño para ayudar a aliviar las molestias.** Llene la tina solo con 3 a 6 pulgadas (76 a 152 mm) de agua tibia y sumérjase durante 10 a 20 minutos varias veces al día o cuando sea necesario. Esto se conoce como **baño de asiento**.
- **Aplique compresas de hielo en la zona anal para ayudar a reducir la hinchazón y el dolor.** Nunca coloque hielo directamente sobre la piel.
- **Evite hacer fuerza al ir al baño.** Esto le producirá más hinchazón y dolor.

Llame a su médico si los síntomas no mejoran después de probar con las sugerencias mencionadas.

Dieta

- **Coma alimentos con alto contenido de fibra**, por ejemplo, frutas, verduras y productos integrales. Estos alimentos ayudarán a ablandar las heces para que sean más fáciles de evacuar.
- **Manténgase bien hidratado tomando bastante líquido.** El agua hace que las heces sean más blandas y más fáciles de evacuar.

¿Cuándo debo ver al médico otra vez?

Tendrá una cita de seguimiento con el médico unas semanas después de la cirugía. Durante esta cita, el médico comprobará si se está curando bien.



Mi cita de seguimiento

Fecha/Hora: _____

Lugar: _____

Médico: _____

¿Cómo evito que las hemorroides regresen?

Puede mantenerse sano y evitar tener más hemorroides al:

- Comer más frutas, verduras y productos integrales.
- Usar un suplemento de fibra suave para ayudar a mantener las heces blandas y regulares.
- Beber bastante agua.
- Hacer ejercicio de manera regular. Esto ayudará a controlar su peso, evitar o reducir el estreñimiento y aumentar el tono muscular.
- Evitar estar sentado o de pie por mucho tiempo. Si debe hacerlo, tome un descanso cada hora más o menos para aliviar la presión.
- Bajar de peso. El peso adicional ejerce más presión sobre las venas del recto y el ano.



Preguntas para mi médico

Hemorrhoid Surgery: Home instructions

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

©2018 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en intermountainhealthcare.org. Patient and Provider Publications FS510S-01/18 (Last reviewed - 12/16) (Spanish translation 01/18 by inWhatLanguage)