



RECOMENDACIONES AL ALTA A LA PACIENTE HISTERECTOMIZADA

¿QUE ES LA HISTERECTOMIA?

La histerectomía es la extirpación quirúrgica del útero de la mujer, pudiéndose realizar dicha técnica a través de tres vías:

- Vía vaginal : se realiza la incisión en el interior de la vagina de la paciente
- Vía abdominal: Se realiza la incisión a través de la musculatura abdominal
- Vía laparoscópica : pequeñas incisiones para introducir una videocámara y material quirúrgico para hacer la intervención

EDUCACION SANITARIA SOBRE CUIDADOS AL ALTA REPOSO

- Debe salir del Hospital con acompañante y no conducir vehículos
- Durante dos semanas no haga esfuerzos. A partir de esa fecha incorpórese progresivamente a su vida habitual, que habrá normalizado al mes de la intervención

CUIDADOS DE LA CICATRIZ

- Mantendrá la zona de la herida limpia y seca
- Se cambiará todos los días el apósito de la herida, limpiando la zona de la intervención con solución antiséptica (betadine)
- Evite que la herida permanezca húmeda, evitando que se moje durante la ducha y secándolo cuidadosamente tras la misma (puede usar secador de pelo)
- La sutura se la retirará en su Centro de Salud a los 7-9 días de la intervención quirúrgica

RELACIONES SEXUALES

- Durante los primeros 30 días debe evitar el coito. Después de haberse sometido a una histerectomía, algunas mujeres llegan a notar cambios en sus relaciones sexuales, aunque no se modifica la apetencia sexual, la frecuencia o la calidad del orgasmo

COMPLICACIONES QUIRÚRGICAS

- Es normal un flujo oscuro, similar al de la menstruación, intermitente o constante durante un par de semanas. Algunas mujeres no sangran casi nada; otras tienen "retortijones", ambas cosas son normales siempre que no superen lo que habitualmente se sangra durante la regla
- Use compresas externas durante los tres primeros días y después protección (salvaslips) si lo precisa, evite usar tampones.
- Debe utilizar ropa interior de algodón, evitando la de licra.
- Acudirá a su centro de Salud si presenta alguno de los siguientes síntomas: fiebre, dolor que no controla con analgesia, calor y tumefacción en la zona de la intervención, flujo excesivo y mal oliente.

INFORMACION ADICIONAL

- La paciente histerectomizada no tendrá regla ni podrá tener hijos. Hay variaciones respecto si le han quitado los ovarios. Las mujeres no menopáusicas que siguen teniendo los ovarios, continúan sin ser menopáusica a pesar de no tener regla y por tanto no necesitan tratamiento.
- Aquellas mujeres que además de la histerectomía se les ha realizado una anexectomía bilateral (extirpación de ovarios y trompas) y no eran menopáusicas, comenzarán con síntomas como bochornos, sequedad vaginal,... Cuando acuda a su revisión comente con su ginecólogo estos síntomas y le podrá plantear la necesidad de algún tratamiento.