

CUIDADOS POSTOPERATORIOS MAMOPLASTIA DE AUMENTO O REDUCCIÓN, PEXIA MAMARIA.

1. Reposo relativo
2. Dormir boca arriba
3. Caminar mínimo cada 3 horas durante 10 minutos.
4. No subir ni bajar escaleras.
5. No quitarse el sostén.
6. Baño diario, asistido con Isodine en la zona tratada.
7. No exposición solar por 3 meses
8. No levantar los brazos por encima de los hombros.
9. Mantener las manos a nivel de abdomen superior y debajo de las mamas.
10. Al acostarse y levantarse tratar que la asistan o no usar casi los brazos.
11. No manejar

*** ALIMENTACIÓN**

Dieta libre rica en verduras, frutas y jugos naturales

No ingerir por 21 días los siguientes alimentos:

- a) lácteos y derivados
- b) fritos
- c) papa con cascara ni yuca.
- d) bebidas gaseosas
- e) café.
embutidos y condimentos artificiales.
- f) Tomar cocimientos de manzanilla, caléndula o Árnica 4 o 5 veces al día.
- g) Tomar abundantes líquidos

NOTA: El no comer y/o suspender alimentos que no se han indicados, pueden llevar a una sensación de cansancio y debilidad extrema y otras consecuencias graves.

***SIGNOS DE ALARMA**

- Tos continua
- Dificultad para respirar
- Sangrado excesivo por la herida

- Severa limitación para las actividades básicas diarias
- Sensación de mareo permanente e intenso.
- Vomita todo lo que come.
- Fiebre cuantificada mayor de 38.0°C
- Secreción purulenta.

*** ACTIVIDAD FISICA PERMITIDA**

1. No levantar objetos pesados.
2. De ambulación por la habitación o casa.
3. Reducir al máximo el reposo en cama
4. Al estar sentado movilice los tobillos en forma constante.

*** INCAPACIDAD/DIAS: 5 -7 DIAS.**

*** MEDICACIONES:**

A/ Vitamina C o cebion, 500mg
Tomar una tableta cada doce horas vía oral.

B/ Antibiótico: Moxifloxacino 400mg tabletas
Tomar una tableta cada día por 7 días.

C/ Acides estomacal: Omeprazol capsulas 20mg
Tomar una capsula cada doce horas por 7 días.

D/ Analgésico: SINALGEN MAX , tabletas .
Tomar 1 tableta cada 12 horas vía oral por 7 días.

***NO CONSUMIR DOS PASTILLAS AL MISMO TIEMPO**

NOTA: En caso de adquirir la bomba del dolor, no se deberá tomar el analgésico.

En constancia:

PACIENTE

ACUDIENTE

