

RECOMENDACIONES POSTOPERATORIAS SINUS PILONIDAL



CURAS DE LA HERIDA



- Se recomienda **ducha diaria** (agua y jabón) y hacer la cura después. Puede utilizar un jabón normal.
- Debe pedir hora a enfermería de su CAP para hacer la primera cura a las 48 horas de la intervención. Posteriormente, se necesitan curas cada 24 o 48 horas que pueden hacerse en el CAP o por un familiar. La herida puede tardar varias semanas en cerrar.
- Hay que rasurar bien el pelo de alrededor de la herida cuando crezca para evitar que entre en la herida y no cicatrice.
- Si tiene una herida cerrada con puntos: solo aplicar yodo a la herida después de la ducha y retirar los puntos cuando se lo indique su médico.

ANALGESIA



- Tendrá molestias durante una semana aproximadamente. Debe seguir la pauta analgésica que se le ha recomendado

RECOMENDACIONES GENERALES

- Puede seguir su dieta habitual
- Lleve ropa ancha y cómoda
- Evite estar sentado mucho rato la primera semana. No utilice almohadas tipo "donut"

ACTIVIDADES



- Evite esfuerzo importante como levantar peso, ejercicio o deporte la primera semana. Puede recuperar su actividad normal progresivamente en función de las molestias que tenga
- No debe hacer natación ni ir en bicicleta hasta que la herida esté cicatrizada
- Puede trabajar cuando se sienta bien (es necesario que la herida esté completamente cerrada). La duración de la baja dependerá de como se encuentre, el tipo de intervención y las características de su trabajo



Contacte llamando al
93 7318908 de lunes a
viernes de 8 a 20h si
presenta:

- Fiebre superior a 38°C
- Sangrado persistente
- Dolor o inflamación que no mejora con la analgesia
- Enrojecimiento progresivo alrededor de la herida

Fuera de este horario debe consultar a su centro de atención primaria o al servicio de urgencias