

# RECOMANACIONS POSTOPERATÒRIES SINUS PILONIDAL



## CURES DE LA FERIDA



- Es recomana **dutxa diària** (aigua i sabó) i fer la cura després. Pot utilitzar un sabó normal.
- Ha de demanar hora a infermeria del seu CAP per fer la primera cura a les 48 hores de la intervenció. Posteriorment, calen cures cada 24 o 48 hores que es poden fer al CAP o per un familiar. La ferida pot trigar unes quantes setmanes a tancar-se.
- Cal rasurar bé el pèl al voltant de la ferida quan creixi per evitar que entri a la ferida i no cicatritzi.
- Si te ferida tancada amb punts: només cal aplicar iode a la ferida després de la dutxa i retirar els punts quan li indiqui el seu metge.

## ANALGÈSIA



- Tindrà molèsties durant una setmana aproximadament. Ha de seguir la pauta analgèsica que se li ha recomanat.

## RECOMANACIONS GENERALS

- Pot seguir la seva dieta habitual
- Porti roba ample i còmoda
- Eviti seure molta estona la primera setmana. No utilitzi coixins tipus "dònut"

## ACTIVITATS



- Eviti esforç important com aixecar pes, exercici o esport la primera setmana. Pot recuperar la seva activitat normal progressivament en funció de les molèsties que tingui
- No ha de fer natació ni anar en bicicleta fins que la ferida estigui cicatritzada
- Pot treballar quan se senti bé (és necessari que la ferida estigui completament tancada). La durada de la baixa dependrà de com es trobi, el tipus d'intervenció i les característiques de la seva feina



Contacti al telèfon  
**93 7318908** de dilluns  
a divendres de 8 a 20h  
si presenta:

- Febre superior a 38°C
- Sagnat persistent
- Dolor o inflamació que no millora amb l'analgèsia
- Envermelliment progressiu al voltant de la ferida

Fora d'aquest horari ha de consultar al seu centre d'atenció primària o al servei d'urgències