

CONSELLS D'INFERMERIA A L'ALTA DESPRÉS D'UNA CIRURGIA DE MAMA

Quan ja tingui l'alta hospitalària, li aconsellem que segueixi les següents recomanacions per a una adequada recuperació



Dieta de fàcil digestió les primeres 24 h evitant aliments fregits, picants, flatulents i/o molt condimentats, que puguin ocasionar nàusees o vòmits.

**Abundant ingesta hídrica
Evitar el consum d' alcohol.**



**Repòs relatiu al domicili les primeres 24 h.
No realitzar treballs domèstics ni esforç físic (aixecar pesos, gimnàs,...) la 1a setmana.**



Realitzar una dutxa diària a partir de les 24 h de la intervenció quirúrgica, rentant la ferida amb sabó neutre i aigua a temperatura moderada.

**Eixugar la ferida amb aire fred.
Protegir la ferida amb una gassa i subjectar-la amb el sostenidor, evitant si es possible l'esparadrap.**



És normal tenir molèsties o dolor, per això és important que es prengui l'analgèsia que li han receptat.

Cal que consulti a urgències en cas de:

- **Febre superior a 38°C**
- **Dolor que no cedeix amb l'analgèsia**
- **Sagnat de la ferida**



Tindrà una visita als 7-10 dies de la intervenció quirúrgica per a cures i retirada de punts en Consulta Externa UDIAT Infermeria de mama



Si té dubtes o consultes podrà trucar a la gestora de casos tel. 661 000 991 de dilluns a divendres de 8.30 a 14 h o a les infermeres de Planta de GIO/ URG.GIO 93 723 10 10 ext. 29340/21300