

1- Curativo

- Retire o curativo antes do banho, lave a ferida operatória com água corrente e sabão neutro, secar após o banho com gaze ou toalha limpa;
- Frequentemente ocorre a saída de secreção serosa ("gordura derretida") pela ferida;
- Durante o banho deve realizar a expressão dos bordos da ferida para facilitar a drenagem da secreção de gordura;
- Caso a ferida esteja seca, deixe-a exposta. Caso houver drenagem de secreção, recubra-a com gaze ou absorvente;
- Comunicar à equipe a ocorrência de drenagem de secreção purulenta pela incisão, dor, abaulamento, calor e vermelhidão importantes no local;
- Evite a exposição da ferida ao sol, pois pode levar a escurecimento local.

2- Atividades Físicas

- Quanto mais caminhar, melhor. Diminui a probabilidade de trombose venosa e atelectasia pulmonar, acelera o retorno da atividade intestinal (diminuindo os gases e as dores abdominais);
- Pode subir e descer escadas;
- Pode deitar-se de lado ou em decúbito ventral ("barriga para baixo");
- Pode dirigir automóvel, realizar suas atividades laborativas e retomar atividades sexuais assim que se sentir seguro;
- Evitar pesos e abdominais por 15 dias para cirurgia por vídeo e 45 dias para cirurgia laparotômica ("aberta");
- Desenvolva atividades físicas regulares progressivamente, pacientes que realizam atividades físicas no pós-operatório emagrecem mais e com mais saúde;
- Após 10 dias pode tomar banho de imersão (banheira, praia e hidroginástica).

3- Geral

- O uso de anti-inflamatórios como aspirina (AAS), Cataflan e Voltarem (Diclofenacos) deve ser evitado;
- Os comprimidos devem ser tomados triturados e o conteúdo de cápsulas dissolvido nos primeiros 15 dias;
- Geralmente, as complicações graves ocorrem nos doentes que não realizam o acompanhamento pós-operatório adequado. Marcar consulta com seu cirurgião após 10-15 dias da cirurgia para revisão e com médico clínico, nutricionista e psicólogo no dia da consulta de revisão.

CASO TENHA SINTOMAS INTENSOS DE DOR, VÔMITOS REPETITIVOS, FEBRE OU PARADA DE ELIMINAÇÃO DE FLATOS E FEZES ASSOCIADO A DOR IMPORTANTE, PROCURAR PRONTO SOCORRO DO HOSPITAL DAS CLÍNICAS.