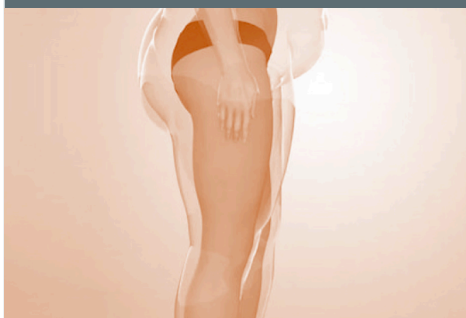


Recomendaciones para la cirugía de Lipedema



INSTITUTO
DRA ANA TORRES

Consulta Calle Mallorca

Calle Mallorca, 237 2º 1ª
Barcelona – 08008

Teléfono 934 872 342

Consulta Centro Médico Teknon

Calle Vilana, 12
Barcelona – 08022

Teléfono 933 933 150

www.institutoanatorres.com

Fase Preoperatoria

No tome aspirina ni otros medicamentos con ácido acetilsalicílico la semana antes de la operación. Algunos suplementos nutricionales naturales (perlas de ajo, omega 3, cúrcuma, jengibre, ginko biloba etc...) también favorecen el sangrado. Por favor, no olvide mencionarlo si los toma.

La noche antes de la cirugía tome una cena ligera y sin alcohol. No coma ni beba líquidos de ningún tipo a partir de las 00:00h (ni siquiera agua).

Antes de venir al hospital, puede ducharse. No utilice cremas corporales ni depilatorias. No se rasure las piernas.

Debe retirar todos los piercings, pendientes, anillos o piezas metálicas que lleve en el cuerpo. Le aconsejamos no llevar pestañas postizas. Las uñas deben estar limpias y sin esmaltar.

Venga con el pelo recogido. Preferiblemente con una goma no metálica.

Prepare ropa y calzado cómodo para la clínica; fácil de poner y quitar y calzado que agarre bien el pie y no resbale. No olvide las medias de compresión postoperatoria de tejido circular.

Acuda con la carpeta azul de ingreso incluidas todas sus pruebas preoperatorias, los consentimientos firmados y la solicitud de ingreso.

Fase Postoperatoria

Los vendajes colocados en quirófano permanecerán 48h. Si el vendaje se “arruga” y constriñe en pantorrillas o tobillos, es mejor retirarlo.

A partir del 2º día puede comenzar los drenajes linfáticos con su fisioterapeuta.

Las incisiones distales se dejan abiertas intencionadamente a modo de drenaje. No se asuste si libera un líquido rosado que puede manchar la cama y/o la ropa al principio, es normal.

El resto de incisiones están cubiertas con un apósito que debe permanecer seco. Si se humedece, retírelo y mantenga secas las heridas con aire frío del secador tras la ducha.

Las medias de compresión (compresión plana o circular según indicación médica) se colocarán a partir de las 48h durante 6 – 8 semanas durante el día y las de tejido circular por las noches.

No debe quedarse en la cama; el movimiento es bueno para las piernas. Salga a pasear cada día al menos 15 minutos.

Es común sentirse cansada y/o mareada los primeros días; muévase despacio y téngalo en cuenta a la hora de ir al baño y de salir a la calle.

Los puntos se retiran entre el 7º y el 10º día. Pida cita en nuestra consulta o con su médico de cabecera.

Después de la cirugía puede comer y beber lo que quiera. Para acelerar la recuperación le aconsejamos una dieta basada en productos frescos (frutas y verduras de temporada) y mayor porcentaje de proteínas de alta calidad (pollo, pavo, huevos, pescado, legumbres...).

Puede hacer cualquier tipo de ejercicio tras haber retirado los puntos de sutura, incluida la natación.

En situaciones de **urgencia**, póngase en contacto con sus doctoras. Los números de teléfono están en los documentos de alta.