

## **Cuidado de heridas quirúrgicas**

Una incisión es un "corte" a través de la piel que se hace durante una cirugía. También se denomina "herida quirúrgica". Algunas incisiones son pequeñas y otras son muy largas. El tamaño de la incisión dependerá del tipo de cirugía a la que se ha sometido.

No use ropa apretada que roce contra la incisión mientras está sanando.

Algunas veces, una herida quirúrgica se abre (dehiscencia de la herida). Esto puede suceder a lo largo de toda la incisión o sólo parte de ella. El médico puede decidir no cerrarla de nuevo con suturas o puntos de sutura.

Si el médico no cierra la herida de nuevo con suturas, será necesario que usted aprenda cómo cuidarla en casa, a medida que va sanando lentamente.

### **Lavado apropiado de las manos**

Será necesario que se lave las manos muchas veces cuando cambie el apósito de la herida y la limpie. Siga estos pasos:

- Quítese todas las joyas de las manos.
- Mójese las manos con agua corriente caliente.
- Agregue jabón y lávese las manos durante 15 a 30 segundos. Limpie también bajo las uñas.
- Enjuague bien.
- Seque con una toalla limpia.

### **Retiro del apósito viejo**

A excepción que su médico le diga lo contrario, usted deberá cambiar los apósitos de las heridas una vez al día (salvo que estén mojados o manchados). Prepárese antes de empezar a cambiarlo:

- Lávese las manos antes de tocar el apósito.
- Constate tener a mano todos los suministros que va a necesitar.
- Tenga una superficie de trabajo limpia para todo el equipo que va a necesitar.

Cómo retirar el apósito viejo:

- Despegue la cinta con cuidado.
- Use un guante médico limpio para tomar el apósito viejo y arrancarlo.
- Si el apósito se pega a la herida, humedézcalo con solución fisiológica o agua oxigenada e intente de nuevo.

- Ponga el apósito viejo en una bolsa plástica y deséchela.
- Lávese las manos con jabón y agua de nuevo después de quitar el apósito viejo.

### **Cuidado de la herida**

Puede usar una almohadilla de gasa o una tela suave para limpiar la herida:

- Use una solución salina normal (agua con sal) o agua jabonosa suave para la mayor parte de la limpieza de la herida.
- Empape la gasa o la tela en la solución salina o el agua jabonosa y dé toquitos suaves o limpie la herida con ella.
- Trate de eliminar todo el drenaje y sangre seca u otra materia que se pueda haber acumulado alrededor de la herida.
- No use limpiadores cutáneos, alcohol, peróxido, talcos, yodo o jabones con químicos antibacterianos. Éstos pueden dañar el tejido de la herida y hacer lenta su cicatrización.

\* Ud. podrá retirar los apósitos y tomar una ducha rápida de la manera habitual (con jabón neutro o de glicerina). No frotar sobre la herida, dejando que el jabón fluya libremente. Enjuague bien, seque por presión (no por fricción) y finalmente cúbrala con un apósito limpio.

El médico también puede pedirle que irrigue o lave la herida:

- Llene una jeringa con solución fisiológica.
- Sostenga la jeringa de (de 2 a 10 cm) de distancia de la herida y rocíe fuertemente dentro de ésta para lavar el drenaje y la secreción (si su médico lo permite, Ud. puede hacer esta limpieza, directamente con el duchador al momento de tomar una ducha).
- Tenga cuidado de no dañar el tejido de la herida.
- Use una tela seca y suave para secar cuidadosamente la herida dando palmaditas (por presión).

No se aplique ninguna loción, crema o remedios herbales en la herida o a su alrededor sin preguntarle primero al médico.

### **Cómo colocar el nuevo apósito**

Ponga el apósito limpio sobre la herida como el médico o la enfermera le enseñaron. Puede usar un apósito húmedo a seco.

Lávese bien las manos con agua y jabón cuando termine.

Arroje todos los apósitos viejos y otros suministros usados en una bolsa plástica impermeable. Ciérrela herméticamente, luego dóblela antes de ponerla en la basura.

Lave cualquier ropa sucia por el cambio del apósito por separado de otra ropa para lavar. Pregúntele a su médico si necesita agregar lavandina al agua del lavado.

Use un apósito sólo una vez y nunca lo reutilice.

### **Cuándo llamar al médico**

Llame al médico si:

- Observa cualquiera de estos cambios alrededor de la incisión:
  - Más enrojecimiento
  - Más dolor
  - Hinchazón
  - Sangrado
  - La herida es más grande o más profunda
  - La herida luce seca u oscura
- El drenaje proveniente de la incisión o de su alrededor:
  - No disminuye después de 3 a 5 días
  - Está aumentando
  - Se vuelve espeso, tostado o amarillo, o huele mal (pus)
- La temperatura está por encima de los 37.8 °C durante más de cuatro horas.