



**INFORMACIÓN DE ENFERMERÍA PARA PACIENTES INTERVENIDAS DE  
MIOMECTOMIA, ANEXECTOMIAS Y/O QUISTECTOMIAS VÍA  
LAPAROTÓMICA**

RECOMENDACIONES

- Vida tranquila aproximadamente 6 semanas. No hacer esfuerzos ni coger peso durante ese tiempo.
- Dieta rica en fibras para evitar el estreñimiento.
- Se recomienda la utilización de una faja tubular durante los 2 ó 3 meses posteriores a la cirugía.
- Se recomienda a los 2 meses empezar a hacer ejercicios para fortalecer la zona pélvica, como contraer y relajar el esfínter anal varias veces al día.

OBSERVACIONES

- No mantener relaciones sexuales durante aproximadamente 6 semanas.
- Puede aparecer sangrado ligero. En caso de que sea igual o mayor que una regla acudir a Urgencias.
- Si desea quedarse embarazada consulte a su ginecólogo.

HIGIENE

- Se utilizará la ducha para la higiene personal evitando los baños por inmersión durante por lo menos 1 mes.

ESTA HOJA ES ORIENTATIVA. SI SURGEN DUDAS CON RESPECTO A SU INTERVENCIÓN, CONSULTE CON SU GINECÓLOGO