



**RECOMENDACIONES DE ENFERMERÍA DIRIGIDAS A MUJERES
OPERADAS DE VULVA**

RECOMENDACIONES

- En este tipo de cirugía sólo se modifica el exterior de los genitales; internamente se mantiene la misma anatomía.
- La limpieza de la zona cuando se haga deposición se realizará de arrastre de delante hacia atrás.
- Después de orinar o hacer deposición, lavado en bidé con agua (corriente) de sal; o bien lavarse y echarse después un chorro de betadine vaginal.
- Si la cicatrización es perfecta, no baños en piscinas ni playas durante al menos 2 meses. En caso contrario seguir evitando los baños de inmersión.
- Mantener la zona lo más seca posible
- Tener exposiciones al aire para favorecer el secado de la zona
- Si la zona estuviera radiada, no tener exposiciones al sol
- Bragas amplias y de algodón 100%
- No llevar ropa ajustada, usar preferentemente faldas
- Se pueden mantener relaciones sexuales a partir del 2º mes del alta hospitalaria, siempre tomando precauciones al principio.
- Mover mucho las piernas
- No mantenerse en posición estática
- Caminar paseos que vayan aumentando progresivamente.
- Se aconsejan medias elásticas de compresión media (consultar orden médica)
- Ejercicios para fortalecer la pelvis, contraer el esfínter anal durante un rato y relajarlo (varias veces al día)

HIGIENE

- Higiene corporal tipo ducha.
- No sumergirse en el baño

**ESTA HOJA ES ORIENTATIVA, PERO SI SURGIERAN ALGUNAS
OTRAS DUDAS CON RESPECTO A SU INTERVENCIÓN DEBE
CONSULTARNOS ANTES DE SU ALTA HOSPITALARIA**