

RECOMENDACIONES POSTOPERATORIAS

RECONSTRUCCION MAMARIA CON EXPANSOR - PRÓTESIS

SÍNTOMAS NORMALES

- Ligera molestia, no dolor.
- Ligera inflamación (hinchazón) bilateral de ambas mamas asociado a una sensación de tensión.
- Hematomas (cardenales), próximos a las líneas de incisión.
- Manchado de los apósitos situados sobre la línea de sutura.
- Alteración de la sensibilidad transitoria de la areola y el pezón.

QUE DEBE HACER

- Reposo relativo durante los 3 ó 4 días siguientes a la intervención.
- Dormir boca arriba durante las primeras 3 semanas en el postoperatorio, con la cabecera ligeramente elevada (un par de almohadas).
- A partir de la tercera semana puede empezar a dormir apoyada sobre los laterales y tras mes y medio de la intervención puede dormir boca abajo.
- Cuidar el vendaje, no mojarlo.
- A partir de la primera semana se retira el vendaje elástico y se coloca un sujetador especialmente diseñado, que debe utilizar las 24 horas del día durante las siguientes tres semanas; A partir de ese momento lo utilizará para dormir hasta cumplir los dos meses de la intervención.
- Los puntos se le retirarán a los 10-12 días. A partir de entonces se puede duchar evitando la presión directa del agua, secándose sin arrastrar y dando toques de povidona u otro antiséptico local sobre la incisión, tras lo cual se colocará un esparadrapo de papel hipoalérgico. El tratamiento de la cicatriz con el esparadrapo de papel se mantendrá durante unos meses más.
- A partir de las 2-3 semanas de intervención deberá comenzar con ejercicios de movilización de la prótesis con el fin de mantener abierto el bolsillo donde está situada y prevenir la contracción capsular.
- Con la mano contraria a la mama movilizará ésta hacia el centro y hacia afuera.
- Con las dos manos se movilizará ésta hacia abajo y hacia arriba.
- Con la mano contraria de la mama, pellizcará la piel de la mitad inferior de ésta desplazando la prótesis hacia arriba.

- Haga ejercicios durante tres veces al día, no tema empujar con fuerza sobre las prótesis, éstas se hallan cerradas en capas y no puede hacerse daño. Si empuja con fuerza moderada realizado convenientemente, más natural será el aspecto de sus mamas.
- Tome la medicación según las instrucciones prescritas.
- Acuda a nuestra consulta con el fin de valorar su evolución postoperatoria.

SÍNTOMAS ANORMALES

- Dolor intenso de las mamas.
- Inflamación (hinchazón) unilateral o bilateral de las mamas. La inflamación unilateral relativamente rápida puede asociarse a sangrado de lecho quirúrgico, que puede ser drenado quirúrgicamente.
- Infección local con extrusión de los puntos de sutura.
- Síntomas de infección general (fiebre, malestar).
- Dolores articulares con inflamación y enrojecimiento.
- Abultamiento, enrojecimiento y picor en las cicatrices.
- Retracción capsular.
- Pérdida de volumen de la mama (más llamativo en caso de utilizar prótesis de suero) que significaría una rotura de las prótesis (este síntoma anormal se asocia a fuertes traumatismos en el tórax, con o sin fractura de costillas).

En caso de presentarse algún síntoma de anormalidad, por favor póngase en contacto con nosotros.

QUE DEBE EVITAR

- Fumar y tomar alcohol durante una semana después del postoperatorio.
- Tomar ácido acetilsalicílico y sus derivados. Pues potenciará su tendencia al sangrado.
- Ejercicios que impliquen la separación de los codos de los laterales del cuerpo durante 15 días, así como los ejercicios violentos durante 2 meses.
- Conducir y colocarse el cinturón de seguridad sobre sus mamas las primeras tres semanas.
- Utilizar sujetadores con aros y ballenas hasta pasadas 4 semanas de la intervención, cuando empiece a utilizarlos procure que estos no ejerzan presión sobre el área del pliegue del pecho de una forma constante.
- El sol directo sobre las mamas durante 3 meses, a partir de este puede tomar el sol evitando las quemaduras solares y el contacto con las líneas de la cicatriz durante seis meses, éstas podrán pigmentarse.
- Aplicará factor de protección solar elevado (15 meses ó más) sobre las mamas.