



RECOMENDACIONES DE CUIDADOS AL ALTA

ESTAPEDECTOMIA

- Desde el momento del alta debe permanecer en reposo domiciliario los tres primeros días después de la intervención, y evitará hacer esfuerzos físicos como levantar pesos.
- No puede conducir ninguna clase de vehículos ni utilizar maquinaria peligrosa hasta que su médico se lo autorice.
- No puede ingerir bebidas alcohólicas hasta pasados los tres primeros días. La dieta será blanda y en cantidad moderada las primeras 24 horas.
- Evitará los ruidos fuertes y ambientes ruidosos. No debe mojarse el oído y no se lavará la cabeza hasta que su médico se lo autorice.
- No puede viajar en avión al menos hasta el mes de la intervención.
- Evitará dormir sobre el lado operado.
- Puede manchar el algodón o el vendaje con algo de sangre el primer día y de manera más ligera unos pocos días más. Si se le ha indicado ponerse gotas, retire el algodón para ponérselas y cámbielo por uno limpio. Puede también cambiarse el algodón cada vez que lo note húmedo.
- Puede tener cierta sensación de inestabilidad leve o zumbido moderado. Es normal que note mala audición o resonancia de su propia voz.
- Efectúe los movimientos suavemente, especialmente al levantarse y acostarse, y no realice movimientos bruscos de cabeza.
- Estornude sin taparse la nariz y con la boca abierta; si se tiene que sonar la nariz, hágalo suavemente y un lado cada vez.
- Para el dolor tome los calmantes indicados
- Evite el estreñimiento; en caso necesario puede usar un laxante suave unos pocos días.
- Debe ponerse en contacto con su médico o acudirá a Urgencias en caso de mareo muy intenso con vómitos y/o zumbidos muy intensos en el oído, especialmente si comienzan bruscamente, así como en caso de dolor muy intenso que no cede con los analgésicos recomendados o fiebre superior a 38°.