

Prevención de Íleo Después de una Cirugía Ginecológica

¿Qué es Íleo?

En el tracto digestivo saludable, los alimentos y los productos de desecho de la digestión son movilizados a través de los intestinos mediante una acción de bombeo. Cuando esta acción de bombeo de los intestinos se detiene por más de tres días, la condición es llamada íleo (pronunciada Í-le-o).

Cuando ocurre un íleo, usted no puede comer normalmente y no puede tener evacuaciones intestinales. Esto puede conducir a problemas graves. Puede ser necesario que permanezca más tiempo en el hospital. Puede necesitar otra cirugía.

Factores de riesgo para el Íleo

Tres factores que causan un mayor riesgo de desarrollar íleo:

- Disminución de la actividad física
- Cirugía en el abdomen
- Tomar analgésicos

La cirugía que sus médicos llevarán a cabo para el tratamiento de su cáncer le podría causar estos tres factores de riesgo. Es normal no tener una acción de bombeo en el tracto digestivo por uno o dos días después de la cirugía. Si esto continúa por más de tres días, usted puede tener un íleo.

Señales de Íleo

Cuando ocurre un íleo, pueden aparecer cuatro señales:

- Dolor abdominal con cólicos que van y vienen
- No hay evacuación intestinal ni expulsión de gases
- Náuseas o vómitos
- Inflamación del abdomen

Prevención y Tratamiento del Íleo

Usted puede ayudar a evitar que el íleo ocurra. El primer paso es mantener un estilo de vida saludable antes de la cirugía. Las personas que consumen una dieta bien equilibrada y hacen ejercicio durante al menos 20 minutos, tres veces por semana, tienen menos posibilidad de desarrollar un íleo.

Después de la cirugía, usted todavía puede tomar acción:

- Mastique chicle con la mayor frecuencia posible.
- Levántese de la cama y camine con frecuencia, empezando poco después de la cirugía. Esto ayuda a que la acción de bombeo empiece nuevamente. También es importante para su recuperación general.
- Empiece a ingerir una dieta líquida 24 horas después de la cirugía.
- Empiece a ingerir una dieta sólida lo antes posible después de la cirugía.

La lista de la página siguiente muestra una orientación cotidiana de las acciones que puede tomar.

Luego de Irse a Casa

Aquí algunas sugerencias que puede hacer en casa al regresar del hospital:

- Salga a caminar. Trate de caminar una milla o más cada día.
- Manténgase erecto al caminar.
- Respire profundamente.
- Asegúrese de tener una evacuación intestinal por lo menos cada dos días.

¿Cuándo Llamar para Pedir Ayuda?

Si pasa más de tres días sin evacuación intestinal después de haber regresado a casa, usted puede haber desarrollado un íleo.

Llame a su equipo de tratamiento del cáncer, durante horas hábiles, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 5 p.m.

Fuera del horario normal, fines de semana y días festivos: Llame al 801-587-7000. Pregunte por el residente en turno del grupo de cirugía ginecológica.

El Día de la Cirugía

- Aproximadamente 4 horas después de la cirugía, póngase de pie a la par de su cama por 10 minutos. Repita una vez antes de acostarse a dormir.
- Informe a su enfermera si tiene dolor.
- Informe a su enfermera si tiene náuseas o vómito.

Un Día Después de la Cirugía

- Camine alrededor durante 15 minutos, 4 veces a lo largo del día.
- Pase 60 minutos adicionales fuera de la cama.
- Empiece a ingerir una dieta líquida completa.
- Mastique chicle tanto como sea posible a lo largo del día.
- Informe a su enfermera si tiene dolor.
- Informe a su enfermera si tiene náuseas o vómito.

Día 2

- Camine una vuelta alrededor del piso de pacientes hospitalizados (440 pies), 5 veces a lo largo del día.
- Pase 60 minutos adicionales fuera de la cama.
- Informe a su enfermera si tiene hambre para que pueda empezar a ingerir alimentos regulares.
- Mastique chicle tanto como sea posible a lo largo del día.
- Informe a su enfermera si tiene dolor.
- Informe a su enfermera si tiene náuseas o vómito.
- Informe a su enfermera si expulsa gases. Es un suceso importante en su proceso de recuperación.

Día 3

- Camine dos vueltas alrededor del piso de pacientes hospitalizados (880 pies), 4 veces a lo largo del día.
- Pase 60 minutos adicionales fuera de la cama.
- Mastique chicle tanto como sea posible a lo largo del día.
- Informe a su enfermera si tiene dolor.
- Informe a su enfermera si tiene náuseas o vómito.
- Informe a su enfermera si expulsa gases o si tiene una evacuación intestinal (otro suceso importante).

Día 4 y hasta que salga del hospital

- Camine cuatro vueltas alrededor del piso de pacientes internos de cirugía (1,320 pies), 4 veces a lo largo del día. Esto da un total de una milla caminando.
- Pase unos 270 minutos adicionales (4.5 horas) fuera de la cama.
- Mastique chicle tanto como sea posible a lo largo del día.
- Informe a su enfermera si tiene dolor.
- Informe a su enfermera si tiene náuseas o vómito.
- Informe su enfermera si expulsa gases o tiene una evacuación intestinal.