



## INSTRUCCIONES DE ALTA PARA PACIENTES CON FIBROIDE UTERINO (UTERINE FIBROID DISCHARGE INSTRUCTIONS)

1. **Tomar tabletas de 600mgs de Advil (ó 3 tabletas de 200mgs) (ibuprofen) cada seis horas conforme sea necesario en caso de tener dolor leve a moderado o si se tienen calambres.** Se puede comprar Advil sin necesidad de receta y por lo general se consigue en tabletas de 200mg. Recomendamos que tome Advil día y noche durante las primeras 48 horas después de que se le haya dado de alta para regresar a su hogar. Siempre que sea posible, Advil debe tomarse con alimento o con Maalox (cualquier antiácido puede servir) para disminuir el riesgo de que irrite el estómago. Se puede sustituir Aleve por Advil (Aleve de 500mg ó 2 tabletas de 250mgms) cada 8 horas. Después de los dos primeros días de haber regresado a su hogar, Advil deberá de ser el primer medicamento que utilice para tratar de aliviar el dolor.

En caso de que el Advil no alivie el dolor de leve a moderado o si se tienen calambres, **tome también Tylenol de 325mgs (2 tabletas) cada seis horas conforme sea necesario. El Tylenol debe alternarse con el Advil para que usted esté tomando medicina para el dolor cada tres horas.**

Si el Advil y el Tylenol no controlan adecuadamente su malestar, puede tomar otro medicamento para el dolor (por lo general Oxycodone u otro tipo de narcótico parecido) cada seis horas conforme sea necesario. Recomendamos que durante las dos primeras noches de haber regresado a su casa del hospital, tome al acostarse una tableta de Oxycodone (u otro tipo de narcótico parecido). **Nos hemos dado cuenta de que cuando los pacientes toman pastillas narcóticas al acostarse para el dolor tienden a dormir mejor y a despertarse con menos frecuencia debido al malestar en el área de la pelvis.**

2. A partir del día en que se le dé de alta, por favor tome el Medrol Dose Pak durante 6 días de acuerdo a como se le haya recetado. Medrol es un medicamento esteroide y puede darse el caso de que perturbe su sueño. **Por eso, es mejor que tome las pastillas de Medrol por la mañana y de preferencia con alimento.**
3. Ya que las pastillas narcóticas para el dolor pueden causar estreñimiento crónico, le recomendamos que tome Colace de 100 mg dos veces al día (o un ablandador de materia fecal hasta que suspenda las pastillas narcóticas para el dolor. Una vez que usted deje de tomar estas pastillas, y que su actividad intestinal regrese a la normalidad puede dejar de tomar Colace. Es también muy conveniente que se alimente de mucha fruta y vegetales verdes de hojas grandes y que beba muchos líquidos para evitar el estreñimiento. Aunque el Advil puede irritar su estómago, no debe causar estreñimiento.

En caso de que se presente el estreñimiento, utilice un laxante de su elección tal como la Leche de Magnesia. Tome el laxante en \_\_\_\_\_.

4. Ya que tanto el Advil como el Medrol Dose Pak pueden afectar a su estómago le recomendamos que tome otro medicamento como el Prilosec **(una tableta al día) o Pepcid (una tableta dos veces al día) durante dos semanas. También le aconsejamos que tome un antiácido como el Maalox cada cuatro horas mientras esté tomando Advil y Medrol Dose Pak. El Maalox también le sirve de ayuda contra el estreñimiento.**

5. No maneje durante 48 horas después del procedimiento o mientras esté tomando pastillas narcóticas para el dolor (como el Oxycodone).

Permanezca tranquilo durante los primeros dos días de estar en su casa. No levante objetos que pesen más de 5 libras y no lleve a cabo ninguna actividad que requiera inclinarse sobre la pelvis durante las primeras 48 horas. Recuerde, mientras permaneció en el hospital, estuvimos introduciendo en su vena medicamentos muy fuertes. Así pues, se sentirá peor el día después de que se haya ido a casa que el día en que se le fue dado de alta del hospital. Siempre que sea posible, que un miembro de su familia o un amigo le acompañe en su hogar durante un par de días.

Puede darse una ducha el primer día que esté en su casa, pero espere 48 horas antes de darse un baño en la bañera. También, cambie la tira adhesiva que cubre el sitio en donde se le colocó el catéter cuando menos una vez al día y mantenga el sitio limpio y seco (cambie la tira adhesiva después de que se haya bañado).

Durante la primera semana lentamente vuelva a la normalidad. Recuerde hacer pequeñas interrupciones en sus actividades de vez en cuando. Aunque se sienta bien, no se exceda durante la primera semana ya que en caso contrario lo lamentará al día siguiente. Aunque no tiene una incisión grande, el tejido fibroso continúa desprendiéndose. Los fibroides están despidiendo sustancias en su organismo de tal manera que se puede sentir cansada durante una semana o dos.

6. Es posible que tenga calambres o un poco de sangrado. Esto es “normal” y por lo general se soluciona alrededor de una semana. Es posible que también elimine tejido fibroso al obrar. Recuerde, si le molestan mucho los calambres, puede tomar algo de Advil para el dolor.
7. Le llamaremos con frecuencia durante la primera semana después de que haya regresado a su hogar para asegurarnos de que esté bien. Sin embargo, si se presentan cualquiera de los siguientes problemas, llámenos:
  - a. Si tiene fiebre de más de 101 grados o más o si la fiebre persiste arriba de 100 grados por más de cinco días.
  - b. Si siente que está empeorando durante dos días consecutivos. Aunque puede tener altas y bajas, en general debe de ir sintiéndose gradualmente mejor a medida que pasen los días. La mayoría de los pacientes se cansan con facilidad durante la primera semana o dos después del procedimiento. Sin embargo, para la tercera semana después de la embolización, la mayoría de los pacientes empiezan a sentirse mejor, y ocasionalmente se sienten incómodos.
  - c. Si no puede mantener sus alimentos en el estómago o empieza a vomitar.
  - d. Si el dolor no mejora sino que empeora.
  - e. Si piensa que un medicamento le está causando una reacción (por ejemplo, una erupción, náusea, malestar estomacal, etc.).
  - f. Si nota descarga vaginal con olor fétido.
  - g. Si nota que el área del catéter está rojiza, tiene dolor, inflamación, o sangrado.
  - h. Si siente dolor o frialdad en cualquiera de las piernas.
  - i. Si tiene alguna pregunta.
8. Nos aseguraremos de que su Ginecólogo reciba una copia de nuestro reporte.
9. Nuestro número de teléfono es el 434-924-9401. Por favor pida que lo comuniquen con Dot Cage o con el Dr. Alan Matsumoto. En caso de que uno de nosotros no esté disponible, o es de noche o durante un fin de semana, por favor pregunte por el profesor de Radiología de Intervención de turno. Si es durante horas normales de trabajo, en caso de que Dot y el Dr. Matsumoto se encuentran ausentes por favor comuníquese con el responsable en Triage (Triage) o con Asistencia Primaria or Primary Attending. Si no es un caso muy urgente, puede llamarle a Dot directamente al 434-243-2795 y dejarle un recado y el número de teléfono a donde se le pueda llamar, o envíe un mensaje electrónico a: [dlc3y@virginia.edu](mailto:dlc3y@virginia.edu).