

## **PÓS-OPERATÓRIO DE CIRURGIA PROCTOLÓGICA**

### **ORIENTAÇÕES PARA CASA**

1. Evite esforços na primeira semana após a cirurgia. Não realize exercícios físicos ou carregue objetos pesados até a cicatrização completa da ferida operatória.
2. Faça dieta leve, rica em fibras na primeira semana após a cirurgia (evite condimentos, pimentas e chocolate). Evite a ingestão de bebidas alcoólicas ou cafeinadas.
3. Você deve ingerir 8 a 10 copos de líquidos diariamente (1,5 litros por dia).
4. Recomenda-se banhos de assento com água morna, 4 vezes ao dia, inclusive para higiene após evacuar e sempre que necessário para aliviar a dor e eventuais espasmos na região anal. Não usar papel higiênico.
5. Pequenos sangramentos após as evacuações ou higiene são habituais, não devendo ser motivo para maiores preocupações.
6. Após a cirurgia haverá saída de secreção da ferida operatória semelhante a pus e/ou muco, especialmente após as evacuações. Isto é normal no pós-operatório, faz parte do processo de cicatrização e normalmente desaparece em duas a três semanas.
7. Use gase ou absorvente na ferida operatória nas primeiras semanas do pós-operatório. Troque sempre que for necessário.
8. Pode ser que você sinta dor ao evacuar nas primeiras semanas do pós-operatório. Isto é esperado e a dor diminuirá a medida que o processo de cicatrização ocorra. Sugiro tomar os medicamentos para dor (analgésicos) 15 à 20 minutos antes das primeiras evacuações conforme receituário médico entregue na alta hospitalar.
9. Procure não inibir a vontade da evacuação. O ideal são evacuações de consistência pastosa. Não faça esforço evacuatório acentuado.
10. O tempo que leva para retornar as atividades normais varia de pessoa para pessoa, você pode fazer o que sentir confortável e seguro. Não há um tempo pré-determinado para voltar a ter relações sexuais.