

Cirugía cardíaca: cuidados en casa

Cuidado de la incisión

Te puedes bañar en la regadera o darte un baño de esponja con agua no muy caliente, pero no debe remojarte ni en la tina ni en una piscina durante 3 a 4 semanas después de la cirugía. No te untes cremas ni pomadas en la herida.

Deja que las tiras adhesivas (*Steri-Strips*) se caigan por sí solas. Arriba y debajo de la operación tienes unas puntadas, que el cardiólogo te quitará antes de darte de alta o en tu primera consulta en la clínica.

De los sitios donde estaban las sondas pleurales (tubos) puede escurrir un poco de líquido hasta por un periodo de 2 semanas después de la cirugía. En caso de que esto suceda, cambia el vendaje en la mañana y por la tarde hasta que deje de escurrir. Sigue las instrucciones del cardiólogo para el cuidado de estas áreas.

Restricciones

Pregúntale al cardiólogo qué restricciones tienes con respecto a tus actividades.

Si la incisión está en el esternón, cicatrizará mejor si no se lastima ni se golpea. Pregúntale al médico antes de participar en algún deporte o en clases de educación física.

Periodos de descanso

Después de una cirugía cardíaca es importante combinar los periodos de actividad con los de descanso. La mejor terapia física es caminar y debes hacerlo a tu propio paso; para y descansa cuando sea necesario y sube las escaleras lentamente.

Cardiac surgery: Care at home

(English)

Wound Care

You may take a shower or sponge bath. Avoid very hot water. Do not soak (such as swimming or bathing) for 3-4 weeks after surgery. Do not put creams or ointments on your wound.

Allow Steri-Strips to fall off on their own. There are stitches at the top and bottom of your incision. The cardiologist will remove these prior to going home from the hospital or at the first clinic visit.

The chest tube sites may have a small amount of drainage for up to 2 weeks after surgery. Apply a new bandage every morning and evening until the drainage stops. Follow the cardiologist's instructions for care of these sites.

Activity

Check with the cardiologist about specific activity limits.

If your incision is over your breastbone, it will heal best if is not bumped or injured in any way. Check with your provider before taking part in sports and gym class.

Rest Periods

A balance of activity and rest periods is important when recovering from cardiac surgery. Climb stairs slowly. Walking is the best form of physical therapy, and should be done at your own pace. Stop and rest when needed.

Actividad sexual

Las relaciones sexuales se pueden reanudar cuando ya no se siente ningún malestar; la mayoría de las personas tienen que esperar de 2 a 4 semanas, a menos que el médico dé otras instrucciones.

Conducir

No conduzcas ni andes en bicicleta ni motocicleta durante 6 semanas después de la cirugía. Si vas a conducir por un periodo largo, para cada dos horas y camina por unos minutos.

Levantar cosas pesadas

No levantes, empujes ni jales objetos que pesen más de 10 libras (más o menos lo que pesa un galón de leche) durante 6 semanas después de la cirugía. Por ejemplo, no debes cargar a un niño, ni cortar el césped ni sacar a caminar al perro.

¿Cuándo se puede regresar a la escuela o al trabajo?

El médico te dirá cuándo puedes regresar a la escuela o al trabajo. Habla con el maestro o la enfermera de la escuela sobre las limitaciones que tienes debido a la cirugía.

¿Qué más es necesario saber?

Al menos por 6 semanas después de la cirugía, no te deben hacer ningún trabajo dental.

Las personas con problemas del corazón están más propensas a padecer de endocarditis (infección en el corazón) después de una limpieza dental o cierto tipo de cirugías. Esto sucede cuando las bacterias que se encuentran normalmente en la boca entran en el sistema sanguíneo y pasan al corazón.

El riesgo de endocarditis se puede reducir con una buena higiene dental. Cepíllate los dientes cuando menos dos veces al día.

Para ciertos trabajos dentales, podría ser necesario que tomes un antibiótico antes y después de la cita. Consulta con el cardiólogo si tienes preguntas al respecto.

Sexual Activity

Sexual relations can resume when you feel comfortable. For many people, this is 2-4 weeks after surgery, unless otherwise directed by your provider.

Driving

Avoid driving, biking, or motorcycle riding for 6 weeks after surgery. If you take a long trip, stop and walk around every 2 hours for a few minutes.

Lifting

Avoid lifting, pushing, or pulling anything heavier than 10 pounds (such as a gallon of milk) for 6 weeks after surgery. This includes carrying children, mowing the lawn, or walking the dog.

When can I return to school/work?

Your provider will tell you when you can return to school or work. Talk with your teacher and the school nurse about any limitations because of the surgery.

What else do I need to know?

No dental procedures should be done for at least 6 weeks after surgery.

People with heart problems may be more likely to get endocarditis (heart infection) after routine dental care or some types of surgery. This can happen when bacteria that are normally found in the mouth enter the bloodstream and travel to the heart.

The risk of endocarditis is reduced with good dental care. Brush your teeth at least twice a day.

For some dental work, an antibiotic may be needed before and after the appointment. Check with your cardiologist if you have questions about the need for antibiotics.

¿Cuándo se debe llamar al cardiólogo?

Llama si:

- Los medicamentos que te recetaron no te mitigan el dolor.
- Tienes vómito constante.
- No orinas por lo menos cada 8 horas.
- Tienes dificultad para respirar o respiras aceleradamente.
- Tienes poco apetito.
- Tienes una tos fuera de lo común.
- Estás pálido o de color azulado.
- Tienes una temperatura de más de 101 °F (38 °C).
- La incisión o el área alrededor se inflama más, se enrojece o se siente caliente.
- La herida exuda (le sale líquido).
- La herida no cicatriza.

Recursos adicionales

“**Parents for Heart**” es un grupo de apoyo para padres con hijos que tienen problemas del corazón. El teléfono es el 612-813-6645.

PACER Center Inc. Es un centro al servicio de padres de niños discapacitados. El teléfono es el 612-827-2966.

Podrías tener derecho a una **ayuda financiera** debido a tu afección cardíaca. El personal de trabajo social de Children’s puede ayudarte a averiguar qué tipo de recursos financieros están a tu disposición. Si deseas hablar con alguno de ellos, dile a la enfermera.

¿Tienes más preguntas?

Este folleto no es específico para ti; sólo ofrece información general. Si tienes alguna pregunta, llama al cardiólogo.

Si deseas más información acerca de éste o de cualquier otra tema relacionado con la salud, llama o visita la biblioteca del **Centro de Recursos para la Familia** (*Family Resource Center*), o visita nuestra página Web: www.childrensmn.org.

When should I call the cardiologist?

- Pain that is not relieved with prescribed medicines
- Repeated vomiting
- Not urinating at least every 8 hours
- Breathing faster or harder
- Poor appetite
- Unusual cough
- Pale or bluish color
- Temperature higher than 101°F
- Increasing swelling, redness, or warmth at the incision or the area around it
- Drainage from the incision
- Incision is not healing

What resources are available?

“**Parents for Heart**” is a support group for parents of children with heart problems. Call 612-813-6645.

PACER Center Inc. (612-827-2966) is a resource for parents of children with disabilities.

You may qualify for **financial help** because of your heart condition. Children’s social work staff can help you find out what financial resources are available. The nurse can help you contact them at your request.

Questions?

This sheet is not specific to you, but provides general information. If you have any questions, call the cardiologist.

For more reading material about this and other health topics, please call or visit the **Family Resource Center** library, or visit our website: www.childrensmn.org.

Children’s Hospitals and Clinics of Minnesota
2525 Chicago Avenue South
Minneapolis, MN 55404
Last Reviewed 6/2013 ©Copyright