

DR. MARCEL PAZ

CIRUGÍA PLÁSTICA

CIRUGÍA DE GINECOMASTIA

INSTRUCCIONES DE CUIDADOS POSTOPERATORIO

1. Después de la cirugía, es importante que tenga a alguien disponible para quedarse con usted durante las primeras 24-48 horas, ya que estará débil y somnoliento. Es posible que necesite ayuda las primeras veces que se levante de la cama.
2. Es importante caminar temprano y con frecuencia, mover las piernas y los tobillos cuando esté en la cama. Mantenga las piernas elevadas, cuando esté en cama, durante los primeros 2-3 días. No cruce las piernas ya que esto puede aumentar el riesgo de coágulos sanguíneos.
3. Realice 15-20 respiraciones profundas por hora, con frecuencia para mantener sus pulmones limpios.
4. **NO FUME.** Esto es muy importante.
5. Una dieta ligera es mejor después de la cirugía. Comience tomando líquidos lentamente y progrese a sopas o gelatina. Puede comenzar una dieta regular al día siguiente.
6. La mayoría de las personas experimentan dolor muscular en lugar de dolores agudos durante aproximadamente 5-7 días después de la cirugía. La medicación para el dolor y el relajante muscular que le hemos recetado deberían aliviar su molestia. Puede tomar el medicamento para el dolor cada 4-6 horas según sea necesario durante los primeros 2-3 días después de la cirugía. Puede tomar Xanax cada 8 horas durante las primeras 24/48 horas para la ansiedad. Es mejor tomar analgésicos con galletas, gelatina, etc. No tome alcohol mientras esté tomando analgésicos.
7. Es importante abstenerse de realizar actividades extenuantes durante 3 semanas después de la cirugía. Mantenga la frecuencia cardíaca por debajo de 100 latidos por minuto y no levante objetos que pesen más de 10 libras. Poco a poco trabaje para realizar actividades que hacía antes de la cirugía comenzando lentamente a la segunda semana y para la tercera semana puede reanudar todas las actividades normales.
8. La prenda de compresión y el relleno de espuma se deben usar **EN TODO MOMENTO** durante **TRES SEMANAS**. Esto es para minimizar la cicatrización, promover la curación y maximizar su resultado postoperatorio. Puede quitarse la prenda a partir del tercer día antes de bañarse.
9. Después de 3 semanas, solo necesita usar la prenda de compresión por la noche. Muchos pacientes continúan usando la prenda para mayor comodidad.
10. El masaje en los sitios quirúrgicos ayudará a aumentar la circulación y a aliviar la dureza que se siente debajo de la piel. El masaje puede comenzar 2 semanas después de la cirugía.
11. Todas las incisiones serán extremadamente sensibles a la luz solar durante la fase de curación. Deben evitarse la exposición directa al sol por tiempo y use un protector solar con FPS 20 o mayor (con protección UVA y UVB) durante al menos 6 meses.

CIRUGIA DE GINECOMASTIA
INSTRUCCIONES DE CUIDADOS POSTOPERATORIO
(continuación)

QUE ESPERAR DESPUES DE LA CIRUGIA DE GINECOMASTIA

- Muchos pacientes dicen que el dolor equivalente a la ginecomastia es similar a tener un entrenamiento extremadamente duro y / o quemaduras solares. El dolor no es agudo.
- El cuerpo retiene líquidos en respuesta a la cirugía, así que no espere ver ninguna pérdida mamaria inmediata durante las primeras 2-3 semanas. A la larga, verá más un cambio en la forma en que le queda la ropa que una disminución en peso.
- La inflamación y los moretes son una expectativa normal después de la cirugía. Los moretes pueden ser aparentes hasta por 3-4 meses después. Las contusiones desaparecerán de su cuerpo a medida que se absorban.
- Es normal tener picazón y entumecimiento después de la cirugía en las áreas que se sometieron a cirugía. Esto disminuirá gradualmente durante los próximos 2-3 meses.

MASSAGE THERAPY

El Dr. Marcel Paz recomienda la terapia de masaje linfático después de la cirugía de liposucción que comienza de 3 a 4 semanas después del procedimiento.

La terapia sugerida es de 2-3 veces por semana durante 3-4 semanas. Esto permite un drenaje linfático mejorado y una resolución mejorada de la inflamación asociada con la liposucción.

También recomendamos masajes circulares con aceite de vitamina E y terapia de calor con ultrasonido externo según sea necesario.

SI TIENE ALGUNA PREGUNTA, PORFAVOR LLAME AL DR. MARCEL PAZ

Si necesita atención inmediata, llame al Dr. Marcel Paz en cualquier momento en su celular. No existe una pregunta menor. Prefiero que me llame, a que tenga dudas y no haga lo correcto.

Dr. Marcel Paz movil: 77860721

Dr. Marcel Paz email: drpazcirugiaplastica@gmail.com

Dr. Marcel Paz website: www.drmarcelpaz.com