

# Instrucciones Postoperatorias para la Vaginoplastia

## Instrucciones Generales

- Alguien debe llevarlo a su casa después de su hospitalización de 3 días y ayudarlo en su hogar durante 1 o 2 días.
- Descanse mucho.
- Siga una dieta equilibrada con alto consumo de proteínas y líquidos.
- La disminución de la actividad puede potenciar el estreñimiento, por lo que es posible que desee agregar más fruta cruda a su dieta y asegurarse de aumentar la ingesta de líquidos.
- Tome los analgésicos según lo indicado. No tome aspirina ni ningún producto que contenga aspirina a menos que lo apruebe su cirujano.
- No tome alcohol cuando tome medicamentos para el dolor.
- No fume, ya que fumar retrasa la curación y aumenta el riesgo de complicaciones.

## Actividades

- Comience a caminar lo antes posible, esto ayuda a reducir la hinchazón y disminuye la posibilidad de tener coágulos sanguíneos.
- No conduzca hasta que haya dejado de tomar analgésicos (narcóticos).
- Absténgase de practicar una actividad vigorosa durante 2 a 6 semanas. Aumente la actividad gradualmente según lo tolere.
- Evite levantar objetos de más de 5 a 10 libras (2.27 a 4.54 kilos) durante 4 semanas.
- Reanude las actividades sociales y laborales en aproximadamente 4 semanas (si no es demasiado extenuante).

## Dilatación

- Dilate 3 veces al día durante 15 a 30 minutos para cada sesión de dilatación.
- Coloque cualquier lubricante a base de agua o bacitracina en la punta del dilatador, introduzca el dilatador en la abertura vaginal, empujando lentamente y sosteniendo el dilatador profundamente en la cavidad vaginal.
- Se puede esperar que haya mucho exudado y sangrado durante la dilatación. Es normal que salgan pequeños trozos de sutura durante la dilatación.
- Con la dilatación se espera una lenta cicatrización y dehiscencia de la herida. Es muy común que los labios mayores o menores posteriores se levanten de la piel y parezcan "separarse". Esto sanará con el tiempo. Continúe la dilatación incluso si parece que la curación es lenta.
- **La dilatación es una parte fundamental del procedimiento de vaginoplastia de máxima profundidad. Si no se dilata todos los días, 3 veces al día durante los primeros tres meses, la abertura vaginal se cerrará.**

## Micción

- Puede experimentar salpicaduras y dificultad para dirigir el flujo de orina durante los primeros meses después de la cirugía. Esto debería resolverse y volverse más eficaz con el tiempo. Si sigue teniendo dificultades para orinar, comuníquese con su cirujano.
- **Si experimenta incapacidad o dificultad para orinar después del alta hospitalaria, comuníquese con su cirujano.**

## Cuidado de la Incisión

- Se espera exudación y sangrado de las incisiones y de la cavidad vaginal. Esto puede presentarse de forma intermitente durante 3 a 6 meses después de la cirugía.
- Use gasas/toallas femeninas para absorber el sangrado. Comuníquese con su médico si empapa 1 o más toallas cada hora.
- Lave las incisiones quirúrgicas y la cavidad vaginal suavemente con agua y el jabón de ducha habitual. No utilice duchas vaginales hasta que su cirujano lo autorice.
- No se bañe o nade en la bañera durante un mes.

## Qué Esperar

- La compresa vaginal se suturará en su lugar hasta la cita de seguimiento en el consultorio. Deje la compresa vaginal en su lugar. No corte las suturas y retire la compresa vaginal por su cuenta.
- Espere un drenaje moderado en su apósito inicial, no es raro que esto se filtre al sujetador quirúrgico
- Puede experimentar dolor temporal, hematomas, hinchazón y opresión en el área púbica, así como molestias en el área de la incisión.
- Debido a la ubicación de su sitio quirúrgico, es muy común la cicatrización lenta de la herida y la dehiscencia de la herida que aparece como "carne viva". Esto sanará con el tiempo, use bacitracina en las áreas de curación lenta tres veces al día.
- Es posible que no tenga sensación en el área púbica, la piel circundante o a lo largo de las incisiones. Esto generalmente regresa con el tiempo, pero puede demorar hasta 12 a 18 meses.
- Es posible que tenga dolores aleatorios, punzantes y picazón en todo el abdomen, espalda, flancos y a lo largo de las incisiones durante algunos meses. Esto es parte del proceso normal de curación.

## Apariencia

- La mayor parte de la decoloración y la hinchazón disminuirán en 4 a 6 semanas.
- Las cicatrices pueden estar rojas y coloreadas durante 6 meses. Con el tiempo, estos generalmente se suavizan y se desvanecen.

## Atención de Seguimiento

- Realice un seguimiento dentro de una semana de la cirugía. Espere citas de seguimiento adicionales semanales, quincenales y/o mensuales, según lo indique su cirujano.
- Todas las suturas serán solubles.

## Cuándo debe Llamar

- Si tiene dolor intenso o aumenta el dolor y no se alivia con medicamentos.
- Si tiene algún efecto secundario a los medicamentos; tales como erupción cutánea, náuseas, dolor de cabeza, vómitos.
- Si tiene una temperatura oral superior a 101 °F (38 °C).
- Si tiene aumento de la hinchazón o moretones repentinos.
- Si aumentó el enrojecimiento y/o el calor a lo largo de la incisión.
- Si tiene sangrado de las incisiones que es difícil de controlar con una ligera presión.

## Por Preguntas Médicas, Comuníquese con:

- Katie Leemaster PA-C en [katie@districtps.com](mailto:katie@districtps.com) o con el Dr. Prain Ramineni en [doc@districtps.com](mailto:doc@districtps.com)
- (202) 742-3999, de lunes a viernes, de 8:00 a.m. a 5:00 p.m.