

Tiroidectomía o Paratiroidectomía: Después de la Atención Hospitalaria

A continuación se proporciona información útil para su recuperación después de la cirugía de tiroides o paratiroides. Si tiene alguna duda o inquietud, pregunte a su médico o enfermero.

*Si tiene
alguna duda
o inquietud,
pregunte a
su médico o
enfermero.*

Actividad

Aumente gradualmente su actividad cada día, pero no realice actividades extenuantes durante 7 a 10 días. Su nivel de actividad dependerá de cómo se sienta. Repose si se cansa. Se espera que sienta cansancio durante varias semanas después de la cirugía. Intente dormir bien por las noches. Tomar medicamentos para el dolor antes de realizar las actividades y a la hora de acostarse puede ayudarle.

Evite sentarse por períodos prolongados, ya que puede aumentar su riesgo de formar coágulos de sangre. Cuando esté sentado, mantenga sus pies elevados. Su médico le indicará cuándo puede volver al trabajo. Por lo general, la mayoría de los pacientes toman de 1 a 2 semanas de permiso en el trabajo.

Muchos pacientes tienen preguntas sobre la reanudación de la vida sexual después de la cirugía. Si se siente bien y está bien descansado, puede reanudar la actividad sexual. Evite las posiciones que puedan causar tensión en el lugar de la incisión.

Manejar

Puede volver a manejar cuando ya no tenga dolor en la incisión, ya no tome medicamentos para el dolor y sienta que puede reaccionar ante una situación de emergencia. Debido al sitio de su incisión, antes de manejar, asegúrese de que puede mover la cabeza sin molestia en todas las direcciones.

Baño

Se puede duchar después de la cirugía. Evite sumergir el sitio de la incisión. No nade ni use tinas de agua caliente durante 10 días.

Cuidado de las Heridas

Mantenga limpia y seca la incisión. Lave el sitio de la incisión con agua y jabón. Seque tocando suavemente, no frote. Inspeccione diariamente el sitio. Es normal que tenga moretones, enrojecimiento, picazón o una ligera secreción. El enrojecimiento, la inflamación, el dolor o la supuración excesivos pueden ser síntomas de infección. Informe acerca de estos síntomas a su médico o enfermero. No aplique cremas ni lociones sobre la incisión.

Proteja la incisión de la luz del sol durante por lo menos un año después de la cirugía.

Dieta

Puede reanudar la dieta regular según lo tolere. No coma alimentos crujientes ni difíciles de tragar, tales como papas fritas y galletas saladas durante algunos días.

Además, puede ayudarle tomar su medicamento para el dolor 30 minutos antes de comer. Esto le permitirá tragar sin molestias.

Medicamentos

Tome los demás medicamentos como lo indicó su médico. No tome ninguna aspirina ni ibuprofeno adicional. Esto puede aumentar su riesgo de sangrado. Muchos fármacos de venta libre contienen aspirina. Si no está seguro sobre qué medicamentos la contienen, consulte con su farmacéutico antes de tomarlos.

Si tiene molestias leves, puede tomar Tylenol® simple (acetaminofén). Siga las instrucciones de las dosis, pero no tome más de 4,000 mg de acetaminofén en un período de 24 horas, incluyendo otros medicamentos que pueda estar tomando.

- Muchos medicamentos, incluyendo los medicamentos narcóticos para el dolor, contienen acetaminofén. Lea con atención las etiquetas o consulte con su farmacéutico para estar seguro. Es importante que revise su ingesta total de acetaminofén. No debe tomar más de 4,000 mg de acetaminofén en un período de 24 horas.
- Consulte a su médico sobre los límites de 24 horas adecuados para usted. Los pacientes que están en ayuno o mal nutridos, diabéticos, que toman isoniazida o que consumen alcohol frecuentemente pueden necesitar limitar su ingesta de acetaminofén a solo 2,000 o 3,000 mg por día, en dosis divididas. Es posible que su médico le indique que no puede tomar acetaminofén.

No tome ningún otro medicamento que contenga acetaminofén.

Tome el medicamento para el dolor con las comidas para evitar las náuseas. Para evitar el estreñimiento tome abundante líquido e incluya fibra o salvado en su dieta. Si es necesario, puede tomar Colace®, un ablandador de heces de venta libre, según las indicaciones.

Las glándulas paratiroides ayudan a controlar la cantidad de calcio disponible para el cuerpo. Después de la extirpación de la glándula paratiroidea, pueden disminuir sus niveles de calcio. Es posible que le receten un suplemento de calcio. La dosis se ajusta de acuerdo con su nivel de calcio en sangre. Si estaba tomando Synthroid® u otro medicamento de hormonas tiroideas antes de la cirugía, su médico le dará instrucciones sobre cuándo debe volver a tomar este medicamento.

Si empezó a tomar Synthroid® después de la cirugía, tome el medicamento a primera hora en la mañana, con el estómago vacío, por lo menos una hora antes de comer o beber cualquier cosa. No tome calcio ni otras vitaminas al mismo tiempo que toma el medicamento de reemplazo de las hormonas tiroideas.

Instrucciones Especiales

Si es necesario revisar sus niveles de calcio después de volver a casa, se le dará una orden para la extracción de sangre. Es posible que se haga un análisis de sangre en the Northwestern Memorial Hospital Diagnostic Testing Center (312.926.4200), por su propio médico, o en un laboratorio cercano a su casa. Pida que envíen los resultados a su médico por fax.

Cuándo debe llamar al médico

Si ocurre cualquiera de las siguientes situaciones:

- Temperatura que exceda los 101 °F.
- Señales de infección como los descritos anteriormente.
- Efectos secundarios relacionados con la dosis del medicamento de reemplazo de las hormonas tiroideas, tales como somnolencia, palpitaciones o diarrea.
- Aumento en la dificultad para tragar o la sensación de tener un bulto en la garganta.
- Carraspera que empeora o pérdida de la voz.
- Vómitos sin control.
- Adormecimiento u hormigueo alrededor de la boca, los dedos de las manos o de los pies.

Si tiene alguna pregunta o inquietud, comuníquese con su cirujano.

Northwestern Medicine – Recursos de Información Médica

Para obtener información, comuníquese con Alberto Culver Health Learning Center (HLC) de Northwestern Memorial Hospital en hlc@nm.org, o llame al 312.926.5465. Los profesionales de información médica pueden ayudarle a buscar la información que necesite y proporcionarle ayuda personalizada sin cargo.

Para obtener información adicional sobre Northwestern Medicine, visite nuestro sitio web en nm.org.

Las entidades que conforman Northwestern Medicine están comprometidas a representar a las comunidades que atendemos promoviendo una cultura de inclusión, brindando atención culturalmente competente y acceso a tratamiento y programas sin discriminación y eliminando todas las disparidades en la atención médica. Si tiene alguna pregunta, llame al Patient Representatives Department (Departamento de Representantes de los Pacientes) del Northwestern Memorial Hospital al 312.926.3112, TDD/TTY 312.926.6363, o al Patient Representatives Department (Departamento de Representantes de los Pacientes) del Northwestern Medical Group al 312.695.1100, TDD/TTY 312.926.6363.

Desarrollado por: NMH npatient Surgical Nursing (Enfermería Quirúrgica de Pacientes Hospitalizados)