



¿QUÉ ES EL DOLOR POSTOPERATORIO?



¿QUÉ NECESITA USTED SABER DESPUÉS DE UNA CIRUGÍA?

El dolor postoperatorio aparece después de la cirugía, varía de intensidad según el tipo de cirugía y también según cada persona.

El tratamiento empleado tiene como objetivo proporcionarle alivio del dolor y prevenir las complicaciones asociadas al mismo.

Todo ello favorece su recuperación y su reincorporación a las actividades cotidianas, como vestirse, ir al baño, caminar y comenzar la rehabilitación lo antes posible, etc.

SI MI PARTICIPACIÓN ES IMPORTANTE ¿CÓMO PUEDO COLABORAR EN EL TRATAMIENTO DEL DOLOR POSTOPERATORIO?

- Para un control satisfactorio del dolor postoperatorio necesitamos su **participación activa**. Nosotros le enseñaremos cómo, a través de la información que le daremos.
- **El tratamiento del dolor será individualizado** según el tipo de intervención, abordaje quirúrgico y las características del paciente.
- **La medición del dolor es imprescindible** para poder tratarlo adecuadamente. Será usted quien lo vaya evaluando en una escala de 0 (ausencia de dolor) a 10 (máximo dolor imaginable). Es fundamental su cooperación e implicación en esta tarea.
- **Siempre es necesario tomar analgésicos para aliviar el dolor.** Si el tratamiento pautado no le alivia suficientemente, llame a su enfermera y modificaremos nuestro plan analgésico.
- Los **fármacos analgésicos son seguros**, pero si experimenta algún efecto no esperado, no dude en consultarnos, estamos para ayudarle y resolver posibles efectos adversos.
- **No tenga miedo a consumir los analgésicos prescritos**, son para facilitar su recuperación. Las necesidades analgésicas se reducirán a medida que mejore su recuperación.
- También ayuda a controlar mejor el dolor después de la cirugía, **realizar una vida activa y evitar el sedentarismo** antes de la cirugía (caminar, realizar algún deporte si no existe contraindicación médica).
- Practicar ejercicios de **relajación de la mente para disminuir los niveles de estrés** le permite acudir más tranquilo/a a la cirugía y contribuye a favorecer la recuperación, mejorar el alivio del dolor y la satisfacción del paciente después de la cirugía.
- **No dude, pregunte sus dudas a los profesionales sanitarios. La información es fundamental para su implicación y mejorar los resultados postoperatorios.**



Sociedade Galega
da dor e coidados
paliativos



Sociedade Galega
da dor e coidados
paliativos



INFORMACIÓN SOBRE

DOLOR AGUDO POSTOPERATORIO



¿QUÉ HACEMOS LOS PROFESIONALES PARA LOGRAR UNA ANALGESIA ÓPTIMA?



- ANALIZAMOS SU CASO PARA ADAPTARNOS A SUS NECESIDADES ANTES DE LA CIRUGÍA (conocemos sus alergias o intolerancia a medicamentos, sus experiencias en cirugías previas y sus necesidades analgésicas, etc).

- Aplicamos **TÉCNICAS ANALGÉSICAS Y ADMINISTRAMOS FÁRMACOS PARA ALIVIAR SU DOLOR** sin interferir en su recuperación.



Es **IMPRESINDIBLE SU COLABORACIÓN** para que nos explique cómo se encuentra después de la operación:

- » Le pediremos que **califique su dolor** en una escala entre 0 (ningún dolor) y 10 (máximo dolor), teniendo en cuenta que consideramos dolor leve (0 a 3), moderado (4 a 6) e intenso (7 a 10).
- » Le pediremos que **nos informe de las actividades que puede o no realizar** (toser, levantarse, incorporarse...) para poder adaptar a su actividad las mejores opciones de analgesia y confort.
- » El **objetivo** no debe ser dolor cero, sino **aquel que permite realizar actividades básicas** y que no interfiere en su recuperación.
- » Si su puntuación es alta, recibirá **medicación suplementaria para aliviar su dolor**, pero recuerde que valores inferiores a 4 suelen corresponder a dolores tolerables y facilitan su recuperación.

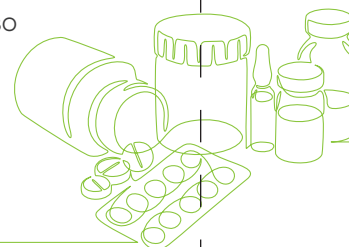


¿CÓMO TRATAMOS SU DOLOR POSTOPERATORIO Y QUÉ VÍAS UTILIZAMOS?

Después de la cirugía lo habitual es recibir fármacos analgésicos. Elegimos la vía y los fármacos que mejor se adaptan a sus necesidades, teniendo en cuentas el tipo de cirugía y sus características personales. Existen diferentes vías para administrar fármacos analgésicos:

• Vías de administración:

- » **Vía intravenosa:** se le administrará tratamiento a través de una cánula colocada directamente en una vena (vía). Será la enfermera quien le administre los analgésicos. Existen también dispositivos de Analgesia Controlada por el Paciente (PCA), mediante los cuales usted mismo controla su tratamiento: si siente dolor, presiona un botón y una cierta cantidad de fármaco entra en la sangre a través de su vía.
- » **Vía oral:** es la forma más habitual de tomar medicación. Durante el ingreso se le administrará de forma pautada y controlada, y para el domicilio se le administrará en el informe de alta una pauta por escrito.



- » **Vía epidural:** el medicamento se administra a través de un catéter colocado en un espacio de la columna vertebral. Esta técnica se realiza habitualmente en el quirófano antes de la cirugía y posteriormente se utiliza en las salas de recuperación y en la planta de hospitalización.
- » **Vía bloqueo nervioso/herida quirúrgica:** el tratamiento se puede administrar mediante punción única o infusión a través de un catéter (un periodo más largo de tiempo), en la proximidad de nervios, espacios por donde transcurren los nervios o en la herida quirúrgica.
- En el **hospital** habitualmente se utiliza la vía intravenosa, en algunos casos la vía epidural y de modo más excepcional un catéter colocado en la herida o cercano a un nervio.
- En el **domicilio** como norma general emplearemos la vía oral, excepto que sus necesidades analgésicas requieran de otros métodos o vías.

¿CUÁLES SON LOS EFECTOS ADVERSOS DE LA MEDICACIÓN PARA EL DOLOR?

Son más preocupantes los efectos derivados de la presencia de dolor, que aquellos que pueden aparecer por los medicamentos que utilizamos para aliviar el dolor. En general son poco frecuentes (urticaria, dolor de estómago, mareo, náuseas y/o vómitos, etc). En caso de notar algún efecto raro, póngase en contacto con su enfermera o médico. Cualquiera complicación será tratada rápidamente por el personal sanitario.