

La Reparación de Hernia

Cómo prepararse y qué esperar

Este folleto es para pacientes que se van a hacer una reparación de hernia. Explica cómo prepararse, qué esperar y como planear su recuperación.

¿Qué es la reparación de hernia?

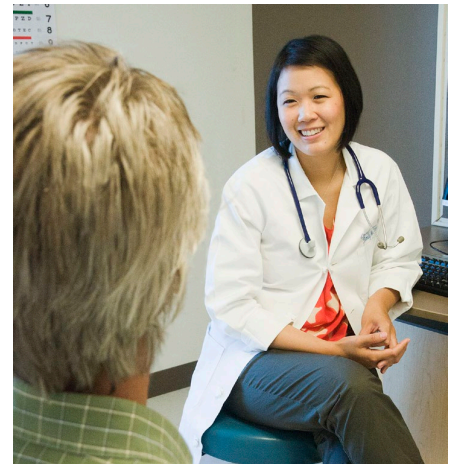
Una *hernia* es una debilidad o un desgarro (*rotura*) de un musculo del abdomen o la ingle. Una hernia puede hacer que el contenido abdominal sobresalga.

La reparación de hernia, también llamada una *herniorrafia*, es una cirugía para tratar a una hernia. Esta cirugía se puede hacer de 2 maneras:

- **Una reparación laparoscópica:** Para esta cirugía, se hace unas incisiones pequeñas en el abdomen. El cirujano usará una cámara especial e instrumentos para reparar la hernia a través de estas incisiones. Le darán *anestésico* general (un medicamento que le hace dormir) para que esté cómodo. Le colocarán una malla sintética (artificial) bajo el área debilitada para fortalecerla.
- **Una reparación abierta:** Para esta cirugía, se hace una incisión sobre la hernia. Normalmente la malla sintética está colocada encima del área debilitada. La mayoría de los pacientes reciben anestésico general para este tipo de reparación.

Cómo prepararse

- **Aprenda sobre la cirugía:** Lea la hoja de “Cirugía de hernia” que le dieron. Si tiene cualquier pregunta por favor hable con su médico o enfermera.
- **La Aspirina y otros medicamentos:** **NO** tome nada de aspirina ni otros productos que afecta cómo coagula la sangre por 1 semana antes de la cirugía.



Puede hacer cualquier pregunta que tenga sobre la cirugía a su médico o enfermera.

Dos de estos son el ibuprofeno (Advil, Motrin) y naproxeno (Aleve, Naprosyn). Revise la hoja incluida para saber más.

- **La afeitada:** No se afeite en ningún parte del cuerpo que no se afeite ya todos los días. Si se rasura normalmente cerca del sitio de la cirugía, **no** se afeite esa área por 2 días (48 horas) antes de la cirugía.
- **Haga planes para volver a casa:** Un adulto responsable debe llevarle a casa desde el hospital y quedarse con usted la primera noche. Usted no puede conducir ni tomar un taxi o bus a casa solo desde el hospital.

24 horas antes de la cirugía

- **Tome 2 duchas:** Tome 1 ducha la noche anterior y la segunda ducha la mañana de la cirugía.
 - Use el jabón antibacteriano que le dio la enfermera para lavar el cuerpo. No use el jabón antibacteriano en la cara ni en el pelo. Use su propio jabón y champú para la cara y pelo. (Lea las instrucciones que viene con el jabón.)
 - Use toallas limpias para secarse y póngase ropa limpia.
- **La hora de llegada:** La enfermera preoperatoria le llamará antes de las 5 p.m. la noche antes de la cirugía. Si su cirugía es un lunes, la enfermera le llamará el viernes anterior. Si no tiene noticias de la enfermera preoperatoria antes de las 5 p.m., por favor llame al 206.598.6334.
- La enfermera preoperatoria le dirá cuando tiene que llegar al hospital y le recordará que:
 - No tome ni bebe después de una hora determinada.
 - Cual de sus medicamentos regulares puede y no puede tomar.
 - Solo puede beber a sorbos lo suficiente agua para tomar sus pastillas.

El día de la cirugía

En casa

- No coma ni beba nada la mañana de su cirugía.
- Si la enfermera preoperatoria le dijo que puede tomar algún medicamento, recuerde que solo puede tomar sorbitos de agua para poder pasar las pastillas.

Al hospital

Para reducir el riesgo de infección, mientras que este esperando entrar en la sala de operación le cubrirán con una cobija calefactora para calentar el cuerpo. Si no recibe una cobija calefactora, pida una.

Después de la cirugía

Usualmente los pacientes se van a casa el mismo día de la cirugía. Necesitará un adulto responsable que le lleve a casa y que puede pasar la noche con usted.

Para su seguridad

El medicamento que le dan durante la cirugía y después le afectará. Para las 24 horas después de la cirugía **no**:

- Maneje ni viaje solo
- Use maquinas
- Beba alcohol
- Firme documentos legales
- Sea responsable para otras personas

Cuidados para la incisión

- Tendrá vendas plásticas cubriendo sus incisiones. Puede ducharse 24 horas después de la cirugía, pero deje las vendas plásticas puestas. Puede remover las vendas plásticas 48 horas después de la cirugía.
- Debajo de las vendas, unas cintas blancas llamadas Steri-Strips cubrirán sus incisiones. **No se las quite.** Se caerán solas en aproximadamente una semana.
- Revise sus incisiones cada día para detectar signos de infección, como enrojecimiento, aumento de hinchazón, secreción maloliente o aumento de secreción de la herida.

Para manejar el dolor

- Para varias semanas después de la cirugía, sentirá dolor o jalones en el sitio de la reparación de hernia. Úselo como su guía para no excederse en las actividades. Consulte la página 4 para más pautas de actividad.
- Por favor, tome los medicamentos como se le indica en los papeles de alta. Si el medicamento recetado para dolor no se lo quita, puede tomar acetaminofén (Tylenol) o NSAIDs (aspirina, ibuprofeno, naproxeno).
- Tome sus otros medicamentos como se le han recetado.

Estreñimiento

Los medicamentos recetados para dolor causan estreñimiento (heces duras) a menudo. Si está tomando medicamento recetado para dolor, puede que necesite un laxante. Trate de no hacer esfuerzo cuando esté defecando.

Para ayudar a aliviar el estreñimiento, tome bastantes líquidos. Si tome bebidas que contengan cafeína, como el café o té negro, tome aún más líquidos.

Hinchazón

Tener hinchazón después de esta cirugía es común. Podría usar una compresa fría en el sitio de la cirugía por una semana después de la cirugía.

Envuelva la compresa fría en una toalla para proteger su piel. Coloque la compresa fría encima de la incisión por 10 minutos, de ahí remuévala por 10 minutos y repite.

Para hombres

Tener hinchazón en el escroto es común después de una reparación de hernia inguinal. Si tiene hinchazón en el escroto, ponga una toalla enrollada debajo del escroto cuando se acueste para elevarlo. También puede usar una compresa fría en el área del escroto (vea lo de arriba).

Orinando

Los nervios pueden ser irritados por la cirugía. Vamos a asegurarnos que puede orinar antes de que se le permite regresar a casa. Si tiene dificultad orinando en casa, llame al 206.598.4477.

Actividades

Si tuvo una **reparación abierta**:

- No levante nada que pesa más de 10 libras por 4 semanas después de su cirugía. (Un galón de agua pesa un poco más de 8 libras.)
- Evite cualquier actividad que ponga presión en el abdomen por 4 semanas.
- Después de 4 o 5 semanas, ya puede empezar de levantar cosas y hacer sus actividades regulares. Aumente su nivel de actividad lentamente hasta que llegue a su nivel normal.

Si tuvo una **reparación laparoscópica**:

- No levante nada que pesa más de 10 libras por 2 semanas después de su cirugía. (Un galón de agua pesa un poco más de 8 libras.)
- Después de 2 semanas ya puede levantar cosas y empezar de hacer sus actividades normales.

Cuándo llamar

Llame al **206-598-4477** entre semana de 8 a.m. a 5 p.m. o llame a su doctor si tiene:

- Cualquier dificultad orinando
- Sangrado o flujo que empapa la venda
- Una fiebre arriba de 100.5°F (38°C)
- Temblores y escalofríos
- Cualquier signo de infección en la incisión:
 - Enrojecimiento
 - Aumento de dolor
 - Hinchazón
 - Flujo
- Nausea, vómitos, o los dos
- Preocupaciones que no puede esperar hasta la cita de seguimiento.

¿Preguntas?

Sus preguntas son importantes. Llame a su doctor o proveedor médico si tiene preguntas o dudas.

Entre semana de 8 a.m. a 5 p.m., llame al Centro de Especialidades Quirúrgicas: 206-598-4477.

Fuera del horario y los fines de semana, llame al 206.598.6190 y pide que manden un mensaje al buscapersonas del residente quirúrgico de turno.

O, pida que manden un mensaje al buscapersonas de su cirujano:

Dr. _____

Hernia Repair

How to prepare and what to expect

This handout is for patients who are having hernia repair surgery. It explains how to prepare, what to expect, and how to plan for recovery.

What is hernia repair?

A *hernia* is a weakness or tear (*rupture*) in a muscle in your abdomen or groin. A hernia can cause abdominal contents to bulge out.

Hernia repair, also called *herniorrhaphy*, is surgery to treat a hernia. This surgery can be done 2 ways:

- **Laparoscopic repair:** In this surgery, small incisions are made in the abdomen. Your surgeon will use a special camera and instruments to repair your hernia through these incisions. You will be given general *anesthetic* (medicine that will make you fall asleep) to keep you comfortable. A synthetic (man-made) mesh will be placed under the weakened area to make it stronger.
- **Open repair:** In this surgery, an incision is made over the hernia. Synthetic mesh is usually placed on top of the weakened area. Most patients have a general anesthetic for this type of repair.

Getting Ready

- **Learn about the surgery:** Read the “Hernia Surgery” handout you were given. If you have any questions, please talk with your doctor or nurse.
- **Aspirin and other medicines:** Do **not** take any aspirin or other products that affect blood clotting for 1 week before your operation. Two of these are ibuprofen (Advil, Motrin) and naproxen (Aleve, Naprosyn). See attached sheet for more information.



Ask your doctor or nurse any questions that you have about your surgery.

- **Shaving:** Do **not** shave any part of your body that you do not already shave every day. If you normally shave near your surgery site, do **not** shave that area for 2 days (48 hours) before your surgery.
- **Make plans for a ride home:** You must have a responsible adult drive you home from the hospital and stay with you the first night. You cannot drive yourself, or take a taxi or bus alone home from the hospital.

24 Hours Before Your Surgery

- **Take 2 showers:** Take 1 shower the night before, and a 2nd shower the morning of your surgery.
 - Use the antibacterial soap your nurse gave you to wash your body. Do **not** use the antibacterial soap on your face and hair. Use your own soap and shampoo on your face and hair. (See directions that came with the soap.)
 - Use clean towels to dry off, and put on clean clothing.
- **Arrival time:** The pre-surgery nurse will call you by 5 p.m. the night before your surgery. If you are having surgery on a Monday, the nurse will call you the Friday before. If you do not hear from the pre-surgery nurse by 5 p.m., please call 206.598.6334.
- The pre-surgery nurse will tell you when to come to the hospital and will remind you:
 - Not to eat or drink after a certain time
 - Which of your regular medicines to take or not take
 - To sip only enough water to swallow your pills

Day of Surgery

At Home

- Do not eat or drink anything the morning of your surgery.
- If the pre-surgery nurse told you to take any medicines, remember to sip only enough water to swallow your pills.

At the Hospital

To reduce your risk of infection, you will be covered with a heating blanket to warm your body while you wait to go into the operating room. Ask for a heating blanket if you do not receive one.

After Your Operation

Patients are usually ready to go home the day of surgery. You will need a responsible adult to drive you home and stay with you overnight.

For Your Safety

Medicine given during and after your surgery will affect you. For 24 hours after your surgery, do **not**:

- Drive or travel alone
- Use machines
- Drink alcohol
- Sign any legal papers
- Be responsible for another person

Incision Care

- Plastic bandages will cover your incisions. You may shower at 24 hours after surgery however leave the plastic bandages on. 48 hours after surgery remove the plastic bandages.
- Under the bandages, white tapes called Steri-Strips will cover your incisions. **Do not take them off.** They will fall off on their own in about a week.
- Check your incisions every day for signs of infection such as redness, increased swelling, bad-smelling drainage, or an increase in the amount of drainage from your wound.

Pain Control

- For several weeks after your surgery, you will feel pain or pulling at the hernia repair site. Use this as your guide to not overdo activities. See page 4 for more activity guidelines.
- Please take your medicines as directed on your discharge paperwork. If your pain is not controlled by your prescription pain medicine, you can take acetaminophen (Tylenol) or NSAIDs (aspirin, ibuprofen, naproxen).
- Take your other usual medicines as prescribed.

Constipation

Prescription pain medicines often cause constipation (hard stools). If you are taking prescription pain medicine, you may need to take a laxative. Try not to strain when having a bowel movement.

To help ease constipation, drink plenty of fluids. If you drink beverages that contain caffeine such as coffee or black tea, drink extra fluids.

Swelling

Swelling is common after this surgery. You may want to use a cold pack on your surgery site in the week after surgery.

Wrap a clean towel around the cold pack to protect your skin. Place the cold pack on your incision for 10 minutes, then remove for 10 minutes and repeat.

For Men

Scrotal swelling is common for men after repair of groin hernias. If you have scrotal swelling, raise your scrotum by placing a rolled towel under it when you lie down. You may also use cold packs on the scrotal area (see above).

Urination

Your nerves can be irritated by surgery. We will make sure you can urinate before we let you go home. If you have any trouble urinating at home, call 206.598.4477.

Activity

If you had **open repair**:

- Do **not** lift anything heavier than 10 pounds for 4 weeks after your operation. (A gallon of water weighs a little more than 8 pounds.)
- Avoid any activity that puts pressure in your abdomen for 4 weeks.
- After 4 to 5 weeks, you can start doing your usual activities and lifting. Slowly increase your activity back to your usual level.

If you had **laparoscopic repair**:

- Do **not** lift anything heavier than 10 pounds for 2 weeks after your operation. (A gallon of water weighs a little more than 8 pounds.)
- After 2 weeks, you can start doing your regular exercises and lifting.

When to Call

Call **206-598-4477** weekdays from 8 a.m. to 5 p.m. or your doctor if you have:

- Any difficulty urinating
- Bleeding or drainage that soaks your dressing
- A fever higher than 100.5°F (38°C)
- Shaking and chills
- Any sign of infection in your incision:
 - Redness
 - Increasing pain
 - Swelling
 - Drainage
- Nausea, vomiting, or both
- Concerns that cannot wait until your follow-up visit

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

Weekdays from 8 a.m. to 5 p.m., call Surgical Specialties Center: 206-598-4477.

After hours and on weekends and holidays, call 206.598.6190 and ask for the resident on call for Surgery to be paged.

Or, ask for your surgeon to be paged:

Dr. _____