

Más información

SALUD RESPONDE
902 505 060



www.ehppo.es



Empresa Pública Hospital de Poniente
CONSEJERÍA DE SALUD

Andalucía
al máximo

RECOMENDACIONES PARA PACIENTES

Patología digestiva



Empresa Pública Hospital de Poniente
CONSEJERÍA DE SALUD

Alimentación

Evite comidas copiosas, fritos, té, café, tabac, etc. Le producen gases y digestiones pesadas.

Eliminación

Para evitar estreñimiento es aconsejable llevar una dieta rica en residuos (abundante fruta, verduras, fibra...), si tolera los líquidos (y así se lo ha prescrito su médico), debe tomar 2 litros diarios de agua. Si tiene incontinencia fecal y/o urinaria, es importante mantener la piel seca e hidratada, para ello le educaremos para la utilización de los diferentes dispositivos para evitar la humedad continua (pañales, empapadores, colectores...)

Higiene

La piel debe mantenerse limpia, seca e hidratada, acostúmbrese a utilizar crema hidratante (nunca alcohol ni colonia). Después de cada deposición debe lavarse, usando jabón neutro. Para el resto del cuerpo esponja suave, el secado debe hacerlo sin frotar, mejor dar pequeños toques con una toalla suave, no olvide pliegues cutáneos y espacios entre los dedos.

Movilidad

Es importante el ejercicio diario; realícelo de forma progresiva, evite esfuerzos bruscos, dependiendo de su patología puede que en unos días deba guardar reposo relativo. Aconsejamos pasear durante dos horas diarias.

Evitar complicaciones

Debe seguir el tratamiento médico tal y como se le ha prescrito, si tiene alguna duda consulte con su enfermera. No olvide que si se salta alguna toma y se administra la medicación incorrectamente, puede disminuir la efectividad de los fármacos.

