

Portuguese



Cuidados com a cicatriz da cesariana após a cirurgia

Este folheto fornece-lhe informações e conselhos sobre como cuidar da sua cicatriz de cesariana.



O que é uma cesariana?

A cesariana é uma operação para dar à luz o seu bebé.

Quando a cirurgia for concluída, o médico irá fechar a área operada com pontos absorvíveis, permitindo que a pele cicatrize. (Serão Possivelmente utilizados pontos não absorvíveis ou agrafos, e a sua parteira irá informá-la sobre quando estes deverão ser removidos).

Em seguida, colocaremos um curativo sobre a cicatriz que absorverá qualquer secreção e auxiliará na cicatrização da ferida.

O penso permanecerá normalmente no local até 7 dias após a cirurgia. Pode então retirar o penso e contactar a sua parteira se tiver alguma preocupação. Aconselhamos que tome alguns analgésicos cerca de 1 hora antes de retirar o penso (por exemplo, paracetamol). Poderá ser útil retirar o penso no duche.

Conselhos gerais após a operação

- Dar-lhe-emos analgésicos para levar para casa.
- Beber muita água.
- Quando for à casa de banho, evite fazer esforço ao evacuar.
- Ter uma alimentação saudável e equilibrada.
- Evitar levantar pesos.
- Deve evitar conduzir durante 6 semanas. Se considerar que está apto a conduzir antes das 6 semanas, deve falar com a sua companhia de seguros.
- Adotar posições confortáveis quando alimentar o seu bebé.
- Pode sentir alguma comichão, dormência e sensações de puxão à volta da ferida; isto é normal.
- Descansar sempre que possível.
- Comece os seus exercícios para o pavimento pélvico assim que for capaz.
- Certifique-se de que lava as mãos antes de tocar no penso ou na área da ferida.

Cicatrização normal de feridas

- Ligeira vermelhidão à volta da ferida.
- Sensibilidade e dor à volta da ferida.
- Poderá sair uma pequena quantidade de líquido transparente da ferida quando se retira o penso.
- Possível inchaço.
- A ferida estará a cicatrizar sob a pele durante algum tempo.

Higiene e cuidados com a ferida após retirar o penso

- Lavagem regular das mãos (especialmente após usar a casa de banho).
- Manter a ferida limpa e seca.
- Um duche diário é preferível a um banho.
- Secar com uma toalha limpa, sem esfregar.
- Não utilizar cremes, loções ou pó de talco diretamente na ferida.
- Usar roupa larga e roupa íntima solta para evitar a fricção da roupa na ferida.
- Não permita que ninguém toque na sua ferida sem ter lavado as mãos.

A maioria das feridas cicatriza normalmente. No entanto, ocasionalmente, uma ferida pode ser infetada, resultando no crescimento de germes na área da ferida e atrasando o processo de cicatrização.

Talvez precisemos coletar uma amostra da ferida para avaliar a necessidade de antibióticos. Geralmente, não é necessário internação.

Possíveis sinais de infeção.

- Aumento da vermelhidão à volta da ferida.
- Aumento da sensibilidade e da dor à volta da ferida.
- Manchas novas ou aumentadas no penso, disseminação das manchas ou sensação de o penso estar molhado e a verter fluido.
- Aumento da quantidade de líquido da ferida e/ou alteração da cor do líquido (cor-de-rosa, amarelo ou verde).
- Aumento do inchaço à volta da ferida.
- Odor desagradável do líquido da ferida.
- Sentir-se mal de modo geral.
- Ter febre
- Calor localizado à volta da ferida.

Se pensa que a sua ferida pode estar infetada, contacte a sua parteira ou o seu médico de família - não demore. Se não puder contactar a sua parteira ou o seu médico de família, contacte o hospital. Fora de horas, contacte o hospital.

Pessoas com maior risco de infeção da ferida

- Mães obesas (se tiver um IMC superior a 30).
- Fumadores.
- Mães diabéticas.
- Mães com doenças do sistema imunitário.

Se tiver problemas , após a operação, para evacua, poderá obter laxantes como Senna ou Lactulose através do Serviço de Doenças Menores da sua farmácia (são gratuitos).