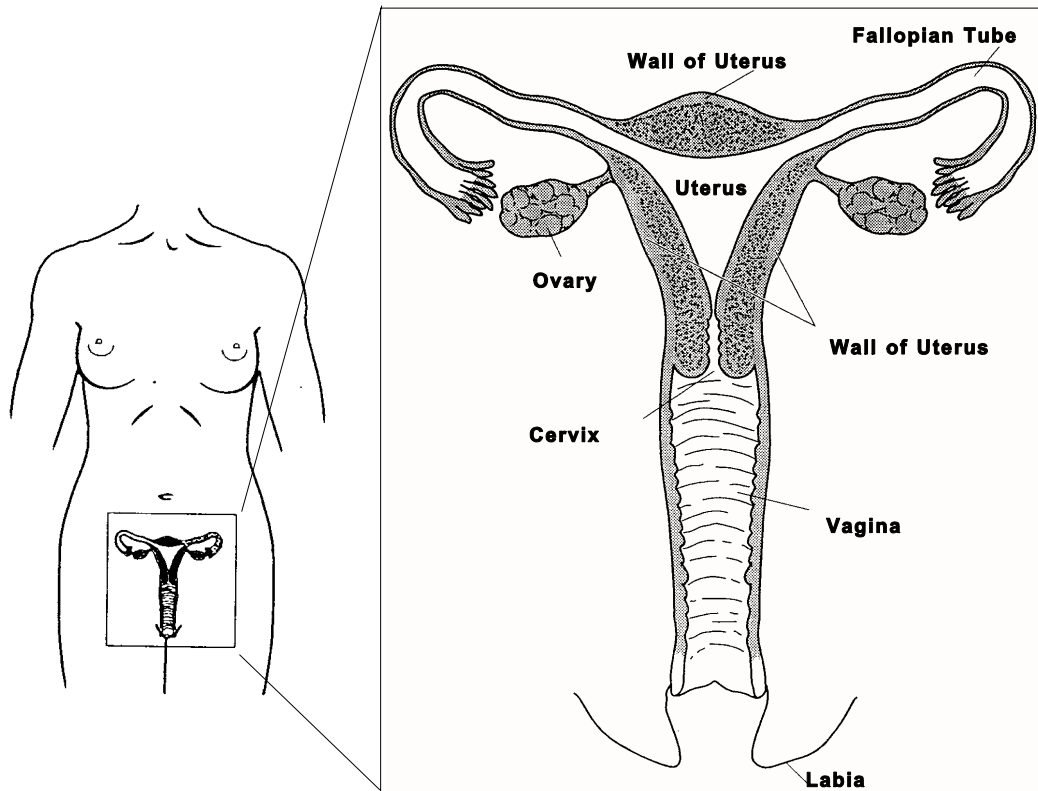


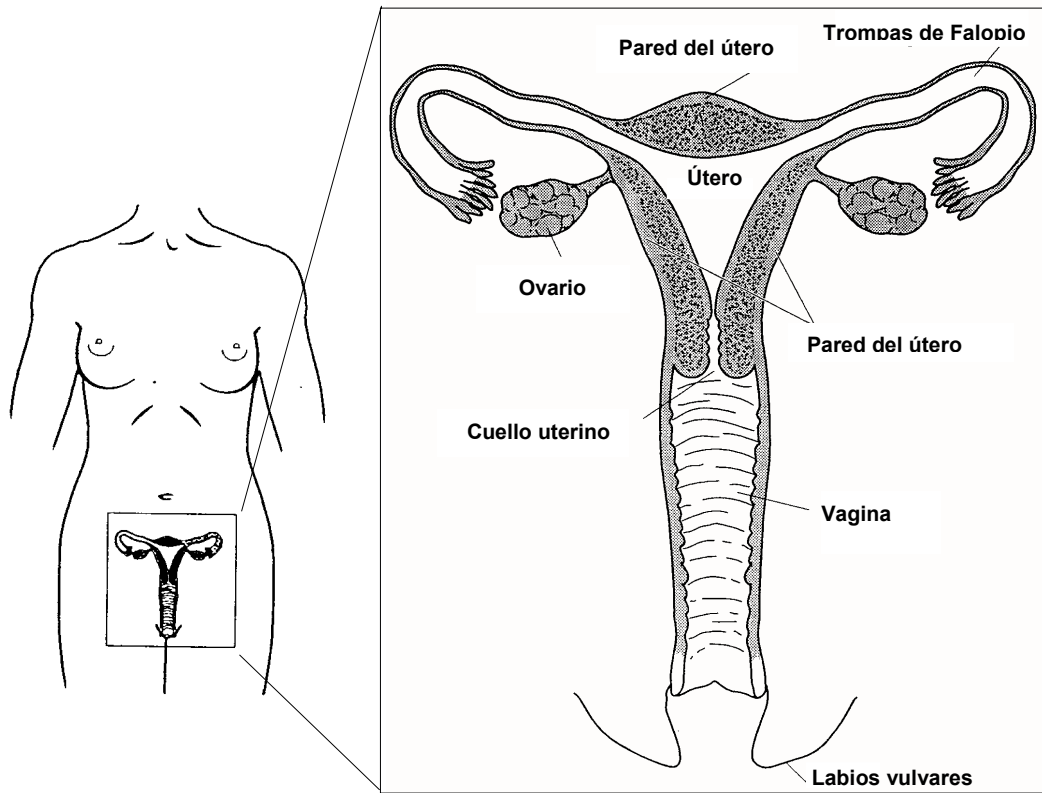
Hysterectomy

A hysterectomy is a surgery to remove a woman's uterus. The uterus is one of the organs of the female reproductive system and is about the size of a closed hand. You can no longer have children after you have your uterus removed and you will no longer have periods (menstruate). If your ovaries are not removed, you will continue to make female hormones.



Histerectomía

Una histerectomía es una cirugía para extirpar el útero de una mujer. El útero es uno de los órganos del sistema reproductivo femenino y tiene aproximadamente el tamaño de una mano cerrada. Luego de que se le extirpa el útero, ya no puede tener hijos y ya no tendrá el período (menstruación). Si no se le extirpan los ovarios, continuará produciendo hormonas femeninas.



There are different types of hysterectomy surgeries. Ask your doctor what type of surgery you are having and if your cervix, tubes and ovaries are being removed.

- **Vaginal hysterectomy** – the uterus is removed through the vagina. No incision in the abdomen is needed.
- **Abdominal hysterectomy** – the uterus is removed through an incision in the abdomen.
- **Total abdominal hysterectomy** – the uterus with the cervix is removed through the abdomen. The ovaries may or may not be removed.
- **Laparoscopic hysterectomy** – several small incisions are made in the abdomen and the doctor works through these incisions using a camera and small tools to detach the uterus. The uterus is removed through the vagina.

To Prepare

- Your doctor may tell you not to take aspirin or ibuprofen for several days before your surgery. If you take aspirin daily, do not stop taking it without asking your doctor first.
- **Do not** eat or drink anything, including water, after midnight before your surgery.
- Ask your doctor if you should take your medicines the morning of your surgery. If so, take with small sips of water only.
- An adult family member or friend will need to take you home when you leave the hospital. It is not safe for you to drive or leave alone.

Existen diferentes tipos de cirugías de histerectomía. Pregúntele a su médico qué tipo de cirugía le realizarán y si le extirparán el cuello uterino, las trompas de Falopio y los ovarios.

- **Histerectomía vaginal:** Se extirpa el útero a través de la vagina. No se necesita hacer una incisión en el abdomen.
- **Histerectomía abdominal:** Se extirpa el útero a través de una incisión en el abdomen.
- **Histerectomía abdominal total:** Se extirpa el útero junto con el cuello uterino a través del abdomen. Es posible que los ovarios se extirpen o no.
- **Histerectomía laparoscópica:** Se realizan varias incisiones pequeñas en el abdomen y el médico trabaja a través de ellas usando una cámara y pequeños instrumentos para desprender el útero. El útero se extirpa a través de la vagina.

Preparación

- Su médico puede indicarle no tomar aspirina o ibuprofeno durante varios días antes de la cirugía. Si toma aspirina diariamente, no deje de hacerlo sin consultarlo antes con su médico.
- **No** coma ni beba nada, ni siquiera agua, después de la medianoche anterior a la cirugía.
- Pregunte a su médico si debe tomar sus medicamentos la mañana del examen. De ser así, tómelos sólo con pequeños sorbos de agua.
- Un familiar o amigo adulto debe llevarla a casa cuando deje el hospital. No es seguro que usted conduzca ni que se vaya sola.

During Surgery

- You will wear a hospital gown.
- An IV (intravenous) tube is put in a vein in your arm for giving medicines and fluids.
- You will be taken on a cart to the operating room and then helped onto a table.
- Medicine is given in your IV to keep you asleep and free from pain.
- You will have a catheter that drains urine from your bladder. This tube is often removed the morning after your surgery.
- Another tube may be put in through your nose and is passed down to your stomach to remove fluids so that you will not feel sick to your stomach. This tube is often taken out before you leave the recovery room.
- The surgery area or abdomen is cleaned.
- Your uterus is removed. Your tubes and ovaries may also be removed.
- Any incisions are closed with stitches, staples or special tapes called steri-strips.
- A bandage is put over the incisions.

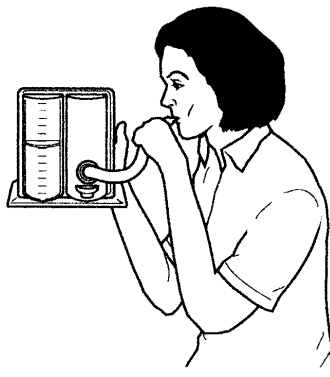
Durante la cirugía

- Usará una bata de hospital.
- Se le colocará una sonda por vía intravenosa en una vena del brazo para administrarle medicamentos y líquidos.
- La llevarán a la sala de operaciones en una camilla y la ayudarán a subirse a una mesa.
- Se le administrará medicamento a través de la vía intravenosa para mantenerla dormida y para que no sienta dolor.
- Se le colocará un catéter que drena la orina desde la vejiga. Por lo general, esta sonda se retira la mañana después de la cirugía.
- Puede que se le coloque otra sonda a través de la nariz hasta el estómago para extraer los líquidos de modo que no sienta náuseas. Esta sonda se retira antes de que deje la sala de recuperación.
- Se limpia el área de la cirugía o el abdomen.
- Se le extirpa el útero. Es posible que también se le extirpen las trompas de Falopio y los ovarios.
- Las incisiones se cerrarán con puntos, grapas o cintas especiales llamadas cintas estériles.
- Se pondrá un vendaje sobre ellas.

After Surgery

In the Hospital

- You are taken to the recovery room where you are watched closely until you wake up and are doing well.
- Your breathing, blood pressure and pulse are checked often.
- If you are staying at the hospital, you will be taken to your room.
- A pad will be placed between your legs in case you have vaginal bleeding.
- You also may have special stockings on your legs while you are in bed to help prevent blood clots.
- The staff may teach you how to cough, deep breathe and use an incentive spirometer. An incentive spirometer is a device used to help you take deep breaths. These exercises help open the airways of the lungs and prevent pneumonia. If you have abdominal incisions, place a pillow or a folded blanket over your incisions for support when deep breathing or coughing. Do these exercises every 1 to 2 hours while you are awake.



Incentive Spirometer

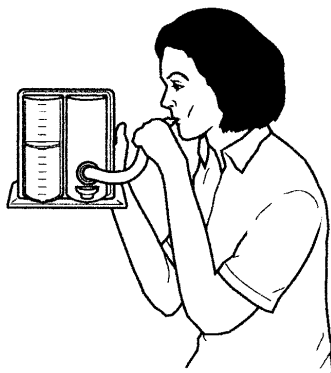


Coughing

Después de la cirugía

En el hospital

- Se le llevará a la sala de recuperación donde se le observará atentamente hasta que despierte y se sienta bien.
- Se le controlarán con frecuencia la respiración, la presión arterial y el pulso.
- Si se queda en el hospital, será llevada a su habitación.
- Se le colocará una toalla higiénica entre las piernas en caso de que tenga sangrado vaginal.
- También es posible que se le coloquen medias especiales en las piernas mientras está acostada para ayudar a prevenir la formación de coágulos.
- El personal puede enseñarle cómo toser, respirar profundo y usar un espirómetro de incentivo que es un dispositivo que se utiliza para ayudarle a inhalar profundamente. Estos ejercicios ayudan a abrir las vías respiratorias de los pulmones y a evitar la neumonía. Si tiene incisiones abdominales, coloque una almohada o una manta doblada sobre las incisiones para tener apoyo cuando respire profundo o tosa. Haga estos ejercicios cada 1 a 2 horas mientras esté despierta.



**Espirómetro
de incentivo**



Toser

- You will be given medicine to control your pain. Tell your nurse if you have pain.
- The IV is used to give you medicine and fluids until you are able to eat and drink well. You may be given a few ice chips if you are not sick to your stomach.
- You will be given clear liquids at first and then slowly progress to regular foods.
- Your bandage will be removed the day after surgery. Your incision may have:
 - ▶ Stitches that dissolve on their own.
 - ▶ Staples which are often taken out a few days after surgery.
 - ▶ Steri-strips that come off on their own in 7 to 10 days.
- If you have a vaginal hysterectomy, you will not have an incision.
- For your safety, when you leave the hospital, you will need to have an adult family member or friend take you home. You should have someone stay with you for at least the first 24 hours you are home.

At Home

- Take your medicine as directed.
- Schedule a follow-up visit with your doctor. You will need to see your doctor in 4 to 6 weeks.
- Wash your incision gently with soap and water and pat dry. You may take a shower or sponge bath, but do not take tub baths.
- A small amount of vaginal discharge is normal for 2 to 4 weeks after surgery. Change the pad every few hours. Wash the vaginal area with soap and water and pat dry.

- Le darán medicamentos para controlar el dolor. Avise a su enfermera si siente dolor.
- La vía intravenosa se utiliza para administrarle medicamento y líquidos hasta que pueda comer y beber adecuadamente. Es posible que le den algunos cubos de hielo si no tiene náuseas.
- Al principio, se le darán líquidos transparentes y luego volverá lentamente a comer alimentos regulares.
- Se le retirará el vendaje el día después de la cirugía. Su incisión puede tener:
 - ▶ puntos que se saldrán solos;
 - ▶ grapas que por lo general se retiran algunos días después de la cirugía.
 - ▶ Cintas estériles que se salen solas dentro de 7 a 10 días.
- Si se le realizó una histerectomía vaginal, no tendrá una incisión.
- Por su protección, cuando deje el hospital, un familiar o amigo adulto deberá llevarla a casa. Alguien debe quedarse con usted al menos durante las primeras 24 horas que esté en casa.

En casa

- Tome sus medicamentos como se lo hayan indicado.
- Programe una visita de control con su médico. Deberá ver a su médico dentro de 4 a 6 semanas.
- Lave cuidadosamente la incisión con agua y jabón y séquela con golpecitos suaves. Puede ducharse o darse baños de esponja, pero no tomar baños de tina.
- Es normal tener una pequeña cantidad de secreción vaginal durante 2 a 4 semanas después de la cirugía. Cámbiese la toalla higiénica regularmente. Lave el área vaginal con agua y jabón y séquela con golpecitos suaves.

- **Do not** put anything in your vagina until your doctor checks you.
 - ▶ **Do not** douche.
 - ▶ **Do not** have sexual intercourse.
 - ▶ **Do not** use tampons.

Activity Limits

- **Limit** your activities for 4-6 weeks.
- **Do not** lift over 10 pounds for at least 2 weeks.
- You may do light housework such as washing dishes and cooking.
- **Do not** do strenuous activities, such as vacuuming or exercising for at least 2 weeks.
- **Do not** drive for 2 weeks, but you can ride in a car for short trips.
- Go up and down stairs slowly, one step at a time.
- Take walks. Starting with short distances. Slowly increase how long and fast you walk.

Other Issues

- If your ovaries are taken out, you may have signs of menopause such as hot flashes, vaginal dryness or mood changes.
- It is common to have many feelings after surgery. You may feel sad, fearful, nervous or angry. Share these feelings with your loved ones and friends to help you cope as you recover. If the sadness does not go away after a few weeks, talk to your doctor.
- Your looks will not change after this surgery. There are no physical changes except that you may have a scar from your incision.
- Your surgery should not affect your ability to have sex or the way you or your partner feel while having sex. Ask your doctor when you may resume sexual activity and discuss any concerns you may have about sex.

- **No** coloque nada dentro de la vagina hasta que su médico la controle.
 - ▶ **No** use duchas vaginales.
 - ▶ **No** tenga relaciones sexuales.
 - ▶ **No** use tampones.

Límites de actividad

- **Limite** sus actividades durante 4 a 6 semanas.
- **No** levante más de 10 libras (4.5 kilogramos) durante al menos 2 semanas.
- Puede hacer tareas del hogar ligeras como lavar los platos y cocinar.
- **No** realice actividades extenuantes como aspirar o hacer ejercicios durante al menos 2 semanas.
- **No** conduzca durante 2 semanas, pero puede andar en automóvil en viajes cortos.
- Suba y baje escaleras lentamente, un escalón a la vez.
- Salga a caminar. Comience con distancias cortas y aumente lentamente la distancia y la rapidez de las caminatas.

Otros aspectos:

- Si se le extirpan los ovarios, es posible que experimente síntomas de menopausia, como accesos repentinos de calor, sequedad vaginal o cambios en el estado de ánimo.
- Puede sentirse de muchas maneras después de la cirugía. Puede sentirse triste, temerosa, nerviosa o enojada. Compartir estos sentimientos con sus seres queridos y amigos puede ayudarla a sobrellevarlos mientras se recupera. Si la tristeza no desaparece después de algunas semanas, hable con su médico.
- Su aspecto no cambiará después de esta cirugía. No tendrá cambios físicos, sólo podría tener una cicatriz como resultado de la incisión.
- La cirugía no debería afectar su capacidad de tener sexo o lo que usted o su pareja siente al tener sexo. Pregúntele a su médico cuándo puede retomar la actividad sexual y conversen sobre cualquier duda que usted pueda tener acerca del sexo.

Call your doctor **right away** if you have:

- Shaking, chills or a temperature over 101 degrees F
- An incision that is swollen, red, has drainage or comes apart
- Bleeding from your incisions
- Pain, warmth or tenderness in your legs
- Heavy vaginal bleeding, soaking 2 to 3 pads in one hour
- Vaginal drainage with an odor
- Trouble urinating
- Burning when you urinate or feel a need to urinate often
- Skin that is itchy, swollen or has a rash
- Severe mood swings or feel depressed

Call 911 right away if you have trouble breathing all of a sudden or have chest pain.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

Llame a su médico **de inmediato** si tiene:

- temblores, escalofríos o temperatura superior a 101 °F (38 °C);
- una incisión hinchada, roja, que tiene secreción o se abre;
- sangrado de sus incisiones;
- dolor, calor o sensibilidad en las piernas;
- sangrado vaginal intenso, que moja 2 a 3 toallas higiénicas en una hora;
- secreción vaginal con olor;
- problemas para orinar;
- ardor al orinar o sentir ganas frecuentes de orinar;
- picazón, hinchazón o sarpullido en la piel;
- cambios severos en el estado de ánimo o sentimiento de depresión.

Llame de inmediato al 911 si tiene problemas repentinos para respirar o dolor de pecho.

Hable con su médico o enfermera si tiene alguna pregunta o duda.

2/2008. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.org.

Hysterectomy. Spanish