CIRUGÍA CORPORAL · POSTOPERATORIO

Ninfoplastia / Labioplastia de labios menores

Cuidados tras cirugía vulvar

La inflamación vulvar puede ser llamativa durante los primeros días y no permite valorar la simetría ni el resultado definitivo. La higiene suave y evitar la fricción son las medidas más importantes.

01 QUÉ PUEDE SER NORMAL

- Dolor o escozor leve-moderado, inflamación y hematomas durante los primeros días.
- Pequeño sangrado o secreción clara escasa.
- Molestia al sentarse, caminar o al orinar.
- Asimetría transitoria y sensación de tirantez de los puntos.

02 HIGIENE, FRÍO Y ACTIVIDAD

- Realice higiene suave con agua y jabón neutro si se ha autorizado y seque con pequeños toques, sin frotar.
- Use ropa interior de algodón y prendas holgadas. Puede utilizar compresas limpias para el pequeño manchado.
- Aplique frío protegido durante periodos cortos las primeras 24-48 horas; nunca hielo directo.
- Mantenga una hidratación adecuada y evite el estreñimiento.
- Realice paseos cortos y aumente la actividad de forma progresiva.
- Siga únicamente la pauta de curas indicada; no realice duchas vaginales.

03 QUÉ DEBE EVITAR

- Relaciones sexuales, penetración, tampones o copa menstrual hasta la cicatrización y autorización; como orientación, 4-6 semanas.
- Ejercicio intenso, bicicleta, equitación y actividades con fricción durante 4-6 semanas o hasta autorización.
- Ropa ajustada, depilación o afeitado sobre la zona hasta que esté curada.
- Piscina, mar, jacuzzi y baños de inmersión hasta el cierre completo.
- Productos perfumados, antisépticos no prescritos y manipulación de puntos o costras.

CONTACTE DE FORMA URGENTE

- Sangrado abundante, coágulos o manchado que empapa repetidamente las compresas.
- Dolor intenso creciente o inflamación muy asimétrica y tensa.
- Fiebre, pus, mal olor o enrojecimiento progresivo.
- Apertura importante de la herida.
- Dificultad relevante o imposibilidad para orinar.

04 EVOLUCIÓN ESPERABLE

- La mejoría es progresiva durante varias semanas.
- Las suturas absorbibles pueden producir tirantez, picor o pequeñas zonas de costra durante la cicatrización.

IMPORTANTE

No manipule los puntos ni intente valorar la simetría mientras exista edema importante.