

Instrucciones del post operatorio

Utiliza solo los medicamentos que te haya proporcionado el Dr. Griffiths. Cualquier otro medicamento debe ser confirmado de antemano por el Dr. Griffiths.

El día después de tu intervención quirúrgica es el **Día 1**

La zona receptora es la zona en donde implantamos los nuevos pelos. **La zona donante** es de donde se quitan los pelos, normalmente de la parte trasera y lateral de la cabeza.

El día de la intervención quirúrgica: La mayoría de la gente siente poco dolor después de la intervención. Si tienes dolores después de llegar a casa, por favor toma 2 analgésicos que te hayamos proporcionado (cada cápsula de Termaldina contiene 300 mg. de paracetamol y 15 mg. de codeína). No tomes más de 2 cada 4 horas. Recuerda también tomar una cápsula de antibiótico (amoxicilina 500 mg.) antes de irte a la cama.

Una buena idea es poner una toalla encima de tu almohada durante las primeras noches para evitar que se manche con sangre dado que la zona donante puede sangrar un poco (esto es recomendado especialmente si estás en un hotel).

Usar una almohada de viaje las primeras noches también es una buena idea porque ayudará a evitar que te muevas mucho mientras duermes y que se desprendan accidentalmente los pelos implantados.

Cuidados para los **Días 1-3**

Usa el envase con spray salino para rociar la zona receptora cada hora (excepto mientras duermes) hasta que se acabe el envase. No te preocupes si se acaba antes de finalizar los tres días.

Aplica la crema reductora de cicatrices en la zona donante 3 veces al día durante 3 días.

Evita fumar, tomar alcohol o tener actividades sexuales durante los 3 días siguientes a la intervención quirúrgica. Sí puedes usar parches o chicles de nicotina.

Días 4-7

Aplica la crema de hidrocortisona (Nutrasone) en la zona donante dos veces al día durante 4 días.

Días 1-5

Toma el antibiótico (amoxicilina 500 mg.) 3 veces al día durante los 5 días siguientes a la intervención quirúrgica.

Días 1-7

Durante los primeros siete días lava tu cabello de la forma siguiente: utiliza un champú suave, por ejemplo champú de bebés, haz espuma con tus manos y con cuidado toca la zona receptora y la donante. **NO MASAJEES NI FROTES** la zona receptora, aunque puedes frotar ligeramente la zona donante si no te

duele. Utiliza un vaso de agua para quitar el champú, echando el agua con cuidado sobre tu cabeza. NO pongas la cabeza directamente debajo de la ducha hasta pasados 7 días.

Días 8-14

Ahora puedes comenzar a frotar con cuidado la zona receptora con las yemas de tus dedos y utiliza la ducha para aclararte cuando te laves el cabello.

Ejercicio – evita hacer ejercicio o actividades extenuantes durante 14 días.

Sol – protege tu cabeza del sol durante los 14 días posteriores a la intervención quirúrgica. También es una buena idea que durante los siguientes 30 días llevar una gorra o un sombrero si vas a estar bajo el sol más de un corto período de tiempo. No permitas bajo ninguna circunstancia que tu cabeza se quemé con el sol.

Piscina – evita las aguas con cloro durante 30 días después de la intervención quirúrgica. Puedes nadar en el mar al cabo de 14 días.

Hinchazón – puede que notes algo de hinchazón, particularmente alrededor de los ojos de 1 a 3 días después de la intervención quirúrgica. Esto es normal y es debido a que la anestesia y las otras soluciones inyectadas durante la intervención quirúrgica van bajando por tu cabeza y son reabsorbidas por el cuerpo. Dormir en una posición de 45 grados puede ayudar a minimizar esto. Por favor, contacta con el Dr. Griffiths si estás particularmente preocupado.

Entumecimiento – en raras ocasiones algunas personas experimentan entumecimiento de la cabeza tras la intervención quirúrgica. Esto es debido a que se han cortado pequeñas terminaciones nerviosas. No es algo de lo que preocuparse y es temporal. Normalmente desaparece tras 3-4 meses dado que los nervios se reparan ellos mismos.

Hemorragia – es normal que se produzca una pequeña hemorragia tras la intervención quirúrgica, especialmente en la zona donante. Puedes aplicar presión durante 20 minutos con una gasa limpia o un algodón para detener el sangrado en cualquiera de los puntos molestos.

Infección – en casos muy raros, la zona receptora o la donante pueden infectarse, por lo tanto es importante que te tomes los antibióticos suministrados para evitar esto. Si la zona receptora o la donante se ponen calientes, rojas e hinchadas, esto puede ser una señal de infección. Si estás preocupado, por favor, ponte en contacto con el Dr. Griffiths inmediatamente.

Minoxidil – Puedes comenzar a aplicar minoxidil de nuevo tras 7 días; sin embargo si experimentas picazón o dolor durante la aplicación, entonces solo aplica el minoxidil en las zonas no trasplantadas del cuero cabelludo e intenta de nuevo en la zona trasplantada al cabo de 2 o 3 días.

Recuerda, el pelo trasplantado entrará en una fase de reposo tras 3 semanas y comenzará a caerse. Volverá a crecer de nuevo al cabo de 3-4 meses de la intervención quirúrgica. Al principio, los pelos serán finos y cortos pero gradualmente se volverán más gruesos y largos. Normalmente el resultado completo del trasplante de cabello será apreciable al cabo de 12 meses.

Si tienes alguna otra pregunta o inquietud, por favor, contacta con el Dr. Griffiths o para cualquier emergencia, por favor usa el número de móvil que te dieron después de tu intervención quirúrgica.

Dr. Peter J Griffiths BA(Hons) MBBS MSc