

Guía de recuperación después de HIFU

Usted recibió tratamiento HIFU en tejido seleccionado de la próstata. No hay incisiones en la piel, pero la próstata queda inflamada e irritada. La mayoría de los síntomas se relacionan con la sonda y la irritación urinaria.

QUÉ ESPERAR

Sonda unos 10 días

- La sonda Foley drena la vejiga mientras baja la inflamación
- Espasmos o ganas de orinar aun con sonda
- Puede haber escape de orina alrededor de la sonda

Irritación urinaria

- Ardor, urgencia y frecuencia
- Chorro lento después de retirar la sonda
- Orinar de noche
- Síntomas pueden variar por semanas

Sangre en la orina

- Orina rosada, color té o roja puede ocurrir
- Suele mejorar con agua y reposo
- Puede pasar pequeños coágulos o residuos

QUÉ HACER

Cuidado de la sonda

- Mantenga la sonda fija para que no jale
- La bolsa debe quedar por debajo de la vejiga
- Use la bolsa grande para dormir
- Llame si la sonda deja de drenar

Actividad

- Camine varias veces al día
- Evite levantar peso y ejercicio fuerte
- No bicicleta, nadar, tina ni sexo hasta autorización
- Trabajo ligero cuando se sienta cómodo

Evite estreñimiento

- Use ablandador si se lo recetaron
- Tome líquidos salvo restricción
- No puje; puede empeorar sangrado y dolor

LLAME / URGENCIAS

Llame si presenta:

- Fiebre mayor de 101 F o escalofríos
- Sonda no drena
- Vejiga llena con dolor
- Sangrado fuerte o coágulos grandes
- Dolor pélvico o rectal severo
- No puede orinar después de retirar la sonda
- Ardor que empeora con fiebre
- Náuseas o vómitos que impiden hidratarse
- Nueva hinchazón severa escrotal, testicular o rectal
- Confusión, debilidad o se siente muy enfermo



Cita para retirar la sonda

Usualmente vuelve alrededor de 10 días después para una prueba de llenado y vaciado. Algunos pacientes necesitan que se vuelva a colocar la sonda por poco tiempo.

Guía de recuperación después de HIFU

Su plan exacto de medicamentos puede variar. Tome los medicamentos solo como se recetaron. No empiece ni suspenda medicamentos sin instrucciones de su equipo.

Flomax / tamsulosina

Uso típico: 0.4 mg diario por unos 3 meses.

- Relaja la próstata y el cuello de la vejiga para orinar mejor.
- Suele tomarse de noche porque puede causar mareo al ponerse de pie.

Oxybutynin ER / oxibutinina

Uso típico: 5 mg diario por 1 semana, solo si hay espasmos.

- Ayuda con espasmos de vejiga, urgencia y escape alrededor de la sonda.
- Puede causar boca seca, estreñimiento y a veces dificultad para orinar.

Colace / docusato

Uso típico: 100 mg dos veces al día por 2 semanas.

- Ablandador de heces para evitar estreñimiento y pujar.
- Pujar puede empeorar sangrado, presión pélvica y molestia de la sonda.

Tylenol #3

Uso típico: 1 a 2 tabletas cada 4 a 6 horas según necesidad, según receta.

- Contiene acetaminofén y codeína.
- No maneje, tome alcohol ni tome decisiones importantes con narcóticos.
- Evite demasiado acetaminofén de varias fuentes.

Tadalafil / Cialis

Plan común: empezar varios días después; 5 mg diario por 30 días y luego 20 mg según necesidad si fue recetado.

- Puede apoyar la función eréctil y el flujo sanguíneo después de HIFU.
- No lo tome con nitratos como nitroglicerina. Avise si usa medicinas para dolor de pecho.

Antibiótico

Use solo si fue recetado y termine el curso salvo que le indiquen otra cosa.

- Algunos pacientes usan antibiótico corto alrededor del procedimiento.
- Llame por fiebre, escalofríos, ronchas, diarrea severa, dolor de tendón u otros síntomas preocupantes.

Guía de recuperación después de HIFU

Tiempo de recuperación

1 Primeras 24-48 horas

Es común sentirse cansado por anestesia, con molestia de sonda, espasmos, sangre leve en orina y presión pélvica.

2 Primeros 10 días

La sonda queda puesta mientras baja la inflamación de la próstata. Suele ser la parte más molesta.

3 Retiro de la sonda

La prueba de llenado y vaciado confirma que puede orinar. A veces se repone la sonda temporalmente.

4 Semanas 2-6

Ardor, urgencia, frecuencia y chorro lento suelen mejorar poco a poco. Los síntomas pueden variar.

5 Largo plazo

PSA, MRI y a veces biopsia se usan para confirmar respuesta y vigilar recurrencia.

Seguimiento del cáncer

- PSA alrededor de 3 meses después de HIFU
- PSA cada 3 meses durante el año 1
- PSA cada 6 meses durante años 2 a 5
- PSA una vez al año después del año 5
- MRI de próstata alrededor de 1 año después
- Biopsia si PSA, MRI o examen preocupan

Recordatorio importante

- El PSA debe bajar, pero no llegar a cero porque la próstata queda en su lugar.
- Un PSA que sube no siempre significa falla, pero puede requerir evaluación.
- HIFU trata tejido seleccionado. Puede necesitar tratamiento adicional si el cáncer persiste o regresa.

Por qué importa el seguimiento

HIFU busca tratar tejido seleccionado de la próstata y preservar la función normal cuando sea posible. El intercambio es que el seguimiento cuidadoso es obligatorio y puede necesitar tratamiento futuro.