

¿QUÉ ES

HISTERECTOMÍA?

La histerectomía es un término que abarca muchos procedimientos. Una histerectomía parcial es la extirpación quirúrgica del útero, mientras que una histerectomía total es la extirpación quirúrgica del útero, el cuello uterino, los ovarios (llamado ooforectomía) y las trompas de Falopio (llamado salpingectomía) y demás estructuras circundantes. Según sus necesidades y deseos, le paciente puede elegir extirpar o conservar diferentes partes.



CONSIDERACIONES IMPORTANTES

- Es un procedimiento esterilizante, lo que significa que no podrás tener hijos biológicamente propios después de realizado. Es importante que hables con el equipo de profesionales que te atienden sobre la planificación familiar y tu fertilidad antes de la cirugía.
- Hacerse una histerectomía elimina de forma permanente la capacidad de tu cuerpo de producir la hormona estrógeno. Es importante para tu salud que tomes hormonas de por vida para ayudar a prevenir la osteoporosis (debilitamiento de los huesos) y regular tu estado de ánimo. Planifica con tu PCP para ajustar tu terapia hormonal según sea necesario.
- Es posible que experimentes cambios en el deseo sexual y en tu funcionamiento sexual.
- Es una cirugía mayor con riesgos y complicaciones estándar.

YA ESTÁS EN CAMINO PARA SER MÁS TÚ, Y QUEREMOS AYUDARTE.

La misión de Gender Health SF es aumentar el acceso a la atención médica de calidad que permita afirmar el género de las personas transgénero y no binarias subatendidas de San Francisco, independientemente de su estatus migratorio o falta de ingresos.

NOTAS:



sfdph.org/genderhealthsf

genderhealthsf@sfdph.org
(628) 217-5788



HISTERECTOMÍA

Riesgos de la cirugía

Cómo obtener los mejores resultados

Preguntas para hacerle a le cirujane

Posibles procedimientos quirúrgicos y no quirúrgicos

YA ESTÁS EN CAMINO PARA SER MÁS TÚ

GENDER HEALTH SF

sfdph.org/genderhealthsf • (628) 217-5788

CÓMO TENER UNA BUENA CONSULTA QUIRÚRGICA

Les pacientes que entienden en qué consisten los procedimientos quirúrgicos y no quirúrgicos de una orquiectomía tienen una experiencia de consulta más provechosa. Tu navegadore te brindará información sobre la cirugía y te ayudará a prepararte para la consulta. Hablar sobre tus expectativas, tus preocupaciones y el resultado que deseas puede ser una práctica útil antes de ver a tu cirujane.



Preparación para la cirugía y expectativas

Tu PCP, tu cirujane y tu navegadore de Gender Health te ayudarán a prepararte para la cirugía a fin de asegurar que las expectativas sean quirúrgicamente posibles y puedas conseguir resultados óptimos.

SALUD FÍSICA

Mantén un peso corporal saludable. Tener un exceso de peso puede aumentar las complicaciones. Si bien no hay un requisito estricto de Índice de masa corporal (IMC), tu cirujane puede analizar contigo las preocupaciones que pudiera haber respecto de la anestesia, los resultados de la anestesia y la cicatrización de las heridas con tu IMC.

SALUD MENTAL Y BIENESTAR

Para hacerse una cirugía, hay que prepararse tanto física como mentalmente. Una cirugía provoca estrés y mucha gente siente un aumento de la depresión o la ansiedad después del procedimiento. Si notas algún cambio en tu estado de ánimo o tu forma de dormir, especialmente con la anestesia, háblalo con el equipo de profesionales que te atiende. Si tienes algún problema de salud mental, comunícate con tu profesional de la salud mental o tu guía para que te ayuden.

FUMAR

El consumo de nicotina, ya sea por fumar, usar parches, mascar chicle o vapear, puede interferir con la cicatrización de las heridas. Si usas nicotina, deberías hablar con tu PCP y cirujane a fin de fijar una fecha para dejar de hacerlo. Les cirujanes exigen que les pacientes dejen de usar nicotina antes de la cirugía y pueden solicitar alguna prueba para confirmarlo.

Si inhalas cannabis, es importante que busques otra forma de usarlo, por ejemplo, en aplicación tópica, masticable y tinturas, o que dejes de usarlo directamente.

SUPPORT

Crea tu red de apoyo con proveedores, familiares y tu comunidad para que te ayuden a planificar y organizar tu recuperación antes y después de la cirugía.

- Transporte para ida y vuelta de las citas
- Planificación y preparación de comidas
- Creación de un espacio tranquilo y que ayude a la recuperación

¿Qué preguntas debería hacerle a mi cirujane?

PLANIFICACIÓN

- ¿Qué opciones tengo con los procedimientos de cirugía y qué es lo mejor para mí? Por ejemplo, ¿se extirparán los órganos a través del abdomen o el canal genital?
- Si deseo hacerme una faloplastia en el futuro, ¿es necesaria una histerectomía total para este procedimiento?
- ¿Tendré cicatrices?
- ¿Dónde se hará la cirugía y cuánto tomará?
- ¿Cuánto tiempo tendré que ausentarme de mi trabajo o mis estudios?
- ¿Qué medicamentos u hormonas tengo que modificar o dejar de usar antes de la cirugía?
- ¿Qué tipos de suministros médicos necesitaré para la recuperación?

EXPECTATIVAS

- ¿Qué cambios puede haber en mi funcionamiento sexual? ¿Podré tener un orgasmo? ¿Cuáles son las posibles complicaciones de esta cirugía?
- ¿Cómo será el proceso de recuperación?

¿Qué puedo esperar después de la cirugía?

Cada persona se recupera de forma diferente. Cada paciente experimentará diferentes niveles de dolor, moretones, hinchazón y calambres. Cada plan de recuperación poscirugía se adapta a las necesidades médicas únicas de cada paciente. Tu cirujane te dará instrucciones de cuidados posoperatorios; asegúrate de repararlos con tu cirujane, tu PCP y tu guía según sea necesario. Para obtener los mejores resultados y para ayudar a evitar complicaciones, es fundamental que sigas las indicaciones posoperatorias y que concurras a las citas de seguimiento tal como se programen.



Si bien todo lo que le cirujane te solicita hacer puede parecer abrumador, recuerda que no estás por tu cuenta. Estamos contigo. Puedes comunicarte con tu navegadore de Gender Health SF para pedirle ayuda.