

LO QUE USTED  
necesita saber sobre...

# EL CUIDADO DE LOS TRASTORNOS HEPÁTICOS



Los trastornos que afectan al hígado y a las vías biliares y vesícula pueden producirse por cálculos, infecciones, fármacos y otros factores. En ocasiones generan problemas serios de salud y que requieren de unos cuidados especiales.

## ¿Cuáles son los principales trastornos hepáticos?

- Hepatitis agudas.
- Hepatitis crónicas.
- Cálculos en la vesícula biliar.
- Cirrosis.





## ¿Qué problemas pueden producirse?

- Evolución hacia enfermedades crónicas del hígado, cirrosis.
- Cólicos biliares.
- Hemorragias digestivas y alteraciones de la coagulación sanguínea.
- Alteraciones cerebrales (desorientación, falta de coordinación, etc.)
- Acúmulo de líquidos en el organismo (en miembros inferiores y abdomen sobre todo).

## ¿Qué cuidados se deben seguir?

- Es aconsejable una dieta de protección hepática, pobre en grasas y rica en alimentos con alto contenido en proteínas.
- Debe cuidarse la higiene con lavado de manos y precaución con las muestras biológicas (sangre, semen, jeringuillas, etc) en caso de hepatitis infecciosas.
- Es imprescindible la abstención de consumo de alcohol. Si tiene problemas para ello, no dude en consultar con su médico, quien le ofrecerá su ayuda.
- Si padece de cálculos biliares evite la obesidad, la pérdida brusca de peso, el ayuno prolongado, aumente la ingesta de alimentos ricos en fibra y vitamina C, y practique actividad física regularmente.
- No tome medicamentos sin consultar a su médico, pues algunos fármacos pueden dañar su hígado.
- Si nota algún cambio en el color de la piel, la orina o las heces, presenta retención de líquidos o sangrado, consulte sin demora a su médico.
- Acuda a las citas y controles que su médico aconseje y siga sus indicaciones.