

Indicaciones post-operatorias para Artroscopia de Cadera

Preparación

- Planee tomarse unos días fuera del trabajo
- Programe una cita de seguimiento con nuestra oficina entre 1-2 semanas después de la cirugía
- Empiece con la terapia física (si ha sido ordenada) dentro de una semana después de la cirugía
 - ***IMPORTANTE*** para una exitosa recuperación
- Si la cirugía ha sido realizada en su rodilla derecha, no maneje hasta que converse con su médico

Expectativas normales después de la cirugía

- Hinchazón y molestia en la rodilla durante al menos una semana después de la cirugía
- La/el enfermero/a que lo dé de alta le explicará cómo usar las muletas
- Si tiene puntos, estos serán retirados dentro de 1 semana

Control del dolor

- No sentirá dolor al principio
 - Tan pronto pase el efecto del bloqueo neural, controle el dolor con el medicamento prescrito para el dolor
- **MANTENGA LA PIERNA ELEVADA** para prevenir la hinchazón y ayudar a disminuir el dolor
 - Ésta debe estar por encima del nivel del corazón
- Tome el medicamento para el dolor con comida
 - Los efectos secundarios comunes incluyen náusea, mareo, retención urinaria y estreñimiento
 - Sírvase llamarnos (617-732-8138) si no lo puede tolerar bien
- No conduzca ni utilice maquinaria mientras esté tomando medicamentos para el dolor
- **El uso de hielo es más importante en las primeras 72 horas después de la cirugía, pero continuar el uso puede ayudar con el dolor**
 - Utilice bolsas de hielo o el aparato de crioterapia que se le dio cada 1-2 horas por 30 minutos
 - Si el hielo está en una bolsa plástica, ponga una toalla o camiseta delgada sobre su piel
- Surtido de narcóticos
 - Llame durante las horas de oficina (de lunes a jueves)
 - No se surtirán rutinariamente pasado el horario de oficina, viernes o fines de semana
 - Por favor, permita dos días para procesar

Instrucciones generales

- **MUEVA SUS TOBILLOS HACIA ARRIBA Y ABAJO**
 - Varias veces por hora para mantener la sangre circulando en su pierna y para ayudar a prevenir la formación de coágulos
- Recomendamos que tome una aspirina (81mg) diaria por las primeras 3 semanas siguientes a su cirugía
- Consuma una dieta regular
 - Evite consumir alcohol, cafeína y fumar
- **MANTENGA LOS VENDAJES LIMPIOS Y SECOS. RETIRELOS LUEGO DE DOS DIAS**
 - Cubra las incisiones con curitas y no use cremas con antibióticos
- Podrá ducharse 72 horas después de la cirugía
 - Con una gasa mantenga las incisiones secas durante 5-7 días
- **No sumerja directamente las incisiones** hasta por lo menos 3 semanas después de la cirugía

Tenga en consideración

- Por favor llame a nuestra oficina (617-732-8138) o al doctor de guardia fuera del horario de oficina (617-732-6660) si tiene lo siguiente
 - drenaje en las incisiones por más de 48 horas
 - enrojecimiento
 - dolor en las pantorrillas con hinchazón
 - fiebre

Scott Martin, MD
John Macropoulos PA-C
Brigham and Women's Hospital
75 Francis St • Boston, MA 02115 • (p) 617-732-8138
Para más información sírvase visitar www.ScottMartinMD.org