

Indicaciones Post-operatorias para Artroscopia de hombro

Preparación

- Planee tomarse unos días fuera del trabajo
- Programe una cita de seguimiento con nuestra oficina entre 1-2 semanas después de la cirugía
- No siempre se ordena terapia física (esto se considera caso por caso)
 - En caso sea necesaria, se le informará con una prescripción e indicaciones
- No maneje hasta que converse con su médico

Expectativas normales después de la cirugía

- Hinchazón y molestia en el hombro durante al menos una semana después de la cirugía
- El tiempo de uso del cabestrillo dependerá del procedimiento
 - Úselo todo el tiempo excepto cuando se cambie de ropa, se bañe o durante la terapia física
- 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
- Mantenerse echado puede incrementar el dolor
 - Trate de dormir en un asiento reclinable o elevado en la cama con varias almohadas
 - Poner una almohada detrás de su codo también puede ayudar
- 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

- 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
- Recomendamos que tome una aspirina (81mg) diaria por las primeras 3 semanas siguientes a su 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