

ORTOPEDIA DA CHA

# INSTRUÇÕES PARA O PÓS-OPERATÓRIO EM CASA



## Consultas de acompanhamento:

2 semanas, 6 semanas, 3 meses, 6 meses, 12 meses, anual

## Controle da dor:

- Sacos de gelo - use gelo (Cryocuff para os joelhos) para diminuir o inchaço e a dor.
- Serão prescritos medicamentos narcóticos e outros medicamentos, como tylenol, para aliviar a dor. Use-os conforme indicado pela equipe cirúrgica.
- Por favor, ligue para o consultório ortopédico 2 dias antes de sua medicação acabar, para dar ao seu prestador pelo menos 24 horas para repor seu medicamento, se indicado.
- Os medicamentos narcóticos não são reabastecidos nos fins de semana. Ligue antes se forem acabar num sábado ou domingo.

## Tratamento da ferida:

- Deixe o curativo Optifoam no lugar por 14 dias no total. Ele será substituído por um novo curativo pela equipe cirúrgica, VNA, ou equipe de reabilitação no 7º dia do pós-operatório.
- Com o curativo Optifoam sobre a incisão, você pode tomar banho.

## Anticoagulantes:

- Você usará um anticoagulante (geralmente aspirina ou lovenox) para evitar coágulos sanguíneos.
- Para artroplastia total do joelhos, geralmente são 2 semanas. Para pacientes de quadril, geralmente são 4 a 6 semanas.

## Fisioterapia:

- A fisioterapia é uma parte muito importante da sua recuperação. Ela vai ajudá-lo a andar e movimentar a sua articulação normalmente de novo. Quando você não estiver fazendo tratamento com o fisioterapeuta, receberá exercícios e alongamentos para fazer em casa. É muito importante que você faça isso todos os dias.
- Tome os medicamentos para dor antes das sessões de fisioterapia, para poder se movimentar melhor e aproveitar as sessões ao máximo.

CONTINUA NO VERSO >

# INSTRUÇÕES PARA O PÓS-OPERATÓRIO EM CASA CONTINUAÇÃO

## Atividade:

- Sua equipe cirúrgica lhe dirá quanto peso você pode apoiar sobre a perna. Na maioria dos casos, você pode apoiar todo o peso que puder tolerar sobre as pernas.
- Você precisará de um andador ou muletas para ajudá-lo a andar no início. Quando estiver mais confortável e forte, poderá usar uma bengala. Por fim, deverá ser capaz de andar sem qualquer ajuda.
- É importante movimentar a perna operada e caminhar o máximo que tolerar todos os dias.
- Eleve a perna e aplique gelo para diminuir o inchaço.
- Você não pode dirigir até parar de tomar medicamentos narcóticos.
- Você deve planejar não dirigir por pelo menos 6 semanas após a cirurgia. Você precisa ter boa movimentação da articulação e ser capaz de usar os pedais do acelerador e do freio com segurança. Fale sobre voltar a dirigir com a equipe cirúrgica nas suas consultas pós-operatórias.
- **PACIENTES DE QUADRIL:** Você precisará tomar precauções com o quadril ou evitar posições específicas por no mínimo 3 meses após a cirurgia, para evitar luxação.

## Ligue para o Consultório Ortopédico pelo telefone 617-665-1566 caso sinta:

- Dor ou inchaço na panturrilha
- Aumento da dor, inchaço ou calor no local da cirurgia
- Aumento do sangramento ou se observar secreção no local da incisão
- Febre ou calafrios

Para mais informações, ligue para 617-665-1566 ou acesse:

[www.challiance.org/services-programs/specialty-care/rehabilitation](http://www.challiance.org/services-programs/specialty-care/rehabilitation)