



CHA ORTOPEDIA

# INSTRUCCIONES POSTOPERATORIAS PARA EL HOGAR

## Citas de control:

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

## Control del dolor:

- Packs de hielo – use hielo (Cryo cuff para rodillas) para la inflamación y el dolor.
- Se le recetarán narcóticos y otros medicamentos, como Tylenol, para aliviar el dolor. Tómelos según lo indicado por el personal quirúrgico.
- Llame al consultorio de ortopedia 2 días antes de quedarse sin medicamentos, para que el proveedor tenga al menos 24 horas para preparar la receta indicada.
- Los narcóticos no se surten los fines de semana; asegúrese de llamar con anticipación para no quedar sin ellos un sábado o domingo.

## Cuidado de heridas:

- Déjese colocados los apósitos Optifoam durante 14 días en total. Serán cambiados por unos nuevos por el personal quirúrgico, de enfermería o rehabilitación al 7.º día de la operación.
- Puede ducharse con los apósitos Optifoam colocados sobre la incisión.

## Anticoagulantes:

- Recibirá anticoagulantes (generalmente Aspirina o Lovenox) para evitar los coágulos de sangre.
- Para el reemplazo total de rodilla, generalmente 2 semanas. Para el reemplazo de cadera, generalmente 4-6 semanas.

## Fisioterapia:

- La fisioterapia es muy importante para la recuperación. Le ayudará a caminar y mover la articulación normalmente de nuevo. Cuando no esté con el fisioterapeuta, tendrá ejercicios y estiramientos para hacer en casa. Es muy importante que los haga todos los días.
- Asegúrese de tomar los medicamentos antes de la cita de fisioterapia para poder moverse mejor y aprovechar al máximo las sesiones.

CONTINÚA ATRÁS >

# INSTRUCCIONES POSTOPERATORIAS PARA EL HOGAR

## CONTINUACIÓN

### Actividad:

- El personal quirúrgico le indicará cuánto peso puede soportar sobre la pierna. En la mayoría de los casos, puede soportar tanto peso sobre la pierna como tolere.
- Al principio, necesitará un andador o muletas para caminar. Una vez que se sienta más cómodo y fuerte, podrá usar bastón. Finalmente, podrá caminar sin ninguna ayuda.
- Es importante que mueva la pierna sana y que camine tanto como tolere, todos los días.
- Eleve la pierna y aplíquese hielo para reducir la inflamación.
- No podrá conducir hasta que deje de tomar los medicamentos narcóticos.
- Prevea que no podrá conducir durante al menos 6 semanas después de la cirugía. Tendrá que adquirir buen rango de movimiento articular y poder usar los pedales del acelerador y del freno con seguridad. Converse con el personal quirúrgico en las citas postoperatorias antes de volver a conducir.
- **PACIENTES DE CADERA:** Deberá tener precaución con la cadera o evitar ciertas posiciones por al menos 3 meses después de la cirugía para evitar una dislocación.

### Llame al consultorio de ortopedia al 617-665-1566 si tiene algo de lo siguiente:

- Dolor o inflamación de la pantorrilla.
- Mayor dolor, inflamación o calor en el sitio de la cirugía.
- Mayor sangrado o supuración de la incisión.
- Fiebre o escalofríos.

Para más información, llame al 617-665-1566 o visite:

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