



Cirugía General para Pacientes Ambulatorios: Instrucciones Posoperatorias

Lea y siga estas instrucciones para que podamos ayudarlo a recuperarse de la cirugía sin problemas. El incumplimiento de estas instrucciones puede comprometer el resultado de su curación.

Medicamentos

Debería recibir una receta para analgésicos al momento del alta. Surta todas las recetas que se le envíen y empiece a tomar los medicamentos tan pronto como sea posible, según lo prescrito.

- Percocet: tome 1-2 tabletas cada 4-6 horas según sea necesario para el dolor.
- Norco: tome 1-2 tabletas cada 4-6 horas según sea necesario para el dolor.
- Aspirina 325 mg: tome 1 tableta cada 12 horas durante 2 semanas.
- Ibuprofeno 200 mg: Tome 3 tabletas de venta libre cada 8 horas durante 48 horas.
- Otro: _____
- NO** tome AINE (Ibuprofeno, Motrin, Naproxeno) durante 6 semanas después de la cirugía.

Actividad

Minimice su actividad el día de la cirugía. Mantenga el brazo o la pierna operados elevados sobre almohadas por encima del nivel del corazón cuando esté acostado durante los primeros días para reducir la hinchazón.

- Le han dado una unidad de enfriamiento para enfriar la rodilla. Aplique la terapia de frío como se demostró durante al menos 4 días después de la cirugía, use 30 minutos a la vez cada hora durante las primeras 8 horas, luego según sea necesario durante 30 minutos a la vez. No permita que la almohadilla de hielo toque directamente la piel. **NO** use calor.
- Aplique hielo aunque los vendajes sean gruesos y no sienta el frío. Aplique hielo en la extremidad operada 3 veces al día durante 20 minutos durante la primera semana hasta que la pierna o el brazo vuelva a sentirse cómodo. **NO** use calor.
- Use un cabestrillo todo el tiempo durante _____ semanas.
- Use una férula durante _____ semanas.
- No soporte peso (es decir, no camine) con la extremidad operada.
- Otro: _____

Dieta

Debe reanudar su dieta regular según la tolere.

Otras Instrucciones

No fume. Fumar afecta gravemente la curación de la piel, los tejidos blandos y los huesos. Fumar (nicotina) aumenta significativamente el fracaso de la cirugía y las complicaciones de curación de heridas.

Caminar

- No corresponde. Camine normalmente.
- Camine con muletas según sea necesario, y soporte el peso según lo tolere, durante las primeras 24 horas. El uso de muletas se puede interrumpir según lo tolere.
- Use muletas o andador. **NO** soporte peso en la extremidad operada hasta que se lo indiquen en la próxima visita al consultorio.
- Otro: _____

Vendaje

Mantenga el vendaje limpio y seco.

Es posible que surja alguna filtración leve de la herida o drenaje a través del vendaje. **NO SE ALARME**. La filtración de líquidos es normal. Si el vendaje se moja, quítelo y cámbielo por una gasa seca y una venda. **NO** retire las cintas de papel (Steri-Strips) o las suturas.

Si la venda no es cómoda, puede quitarla y volver a colocarla.

- Férula aplicada. Se le darán instrucciones específicas con respecto a la férula.
- Retire el vendaje 72 horas después de la cirugía. **NO** retire las cintas de papel (Steri-Strips) o las suturas. Debe aplicar una curita en cada incisión después de quitar el vendaje.
- NO** retire el vendaje hasta la primera consulta médica.
- Otro: _____

Ducharse

- Puede ducharse 2 días después de la cirugía a menos que se le indique lo contrario. No hay problema en que el agua jabonosa resbale sobre la rodilla, pero **NO** la remoje y **NO** frote la incisión. Después de ducharse, aplique nuevas curitas o apósitos de gasa, y una venda o férula si corresponde.
- NO** debe mojar el vendaje hasta después de la consulta a su médico. Cúbralo adecuadamente cuando se lave para evitar que se moje.

Fisioterapia

- Se le dará una orden de fisioterapia. Llame para comenzar la fisioterapia en las próximas _____ semanas.
- Se le dará una orden de fisioterapia cuando realice la primera consulta médica posoperatoria. Comenzará la fisioterapia 4 semanas después de la cirugía.
- En este momento no es necesario realizar fisioterapia.



Seguimiento

Se le programará una cita de seguimiento antes de que salga del centro quirúrgico. Asegúrese de conocer la fecha y hora de esta cita antes de salir del centro quirúrgico.

El período posoperatorio habitual para la inspección de la herida/retiro de grapas/retiro de suturas es de 10 a 14 días, según el sitio del procedimiento.

Comuníquese con Nosotros

Llame si tiene síntomas de advertencia como:

- dolor intenso que no se reduce elevando la extremidad o con el uso de hielo o medicamentos;
- fiebre por encima de 101.5 °F;
- dolor severo en la pantorrilla, dificultad para respirar o dolor en el pecho;
- reacciones adversas a los medicamentos recetados;
- dolor intenso no controlado por los analgésicos;
- drenaje sanguinolento excesivo de la herida.

The Spine and Orthopedic Center está abierto de lunes a viernes de 8:30 a. m. a 5:00 p. m.

- Número de Oficina Principal: (805) 563-3307
- Servicio de Llamada al Consultorio: (805) 882-2000

Si los síntomas de advertencia se producen fuera del horario de atención, puede llamar o dirigirse al Departamento de Emergencias local.

Firma del Paciente/Adulto Responsable/Tutor

Fecha