



SETH CRINER

ORTHOPEDIC SURGERY

820 S. Akers, Suite 220 Visalia, CA 93277
Office Number: 559-733-3346

Instrucciones Postoperatorias de Fracturas de Rodilla

Cuidados de herida/ al bañarse:

- Puede ducharse el día de cirugía y en los siguientes 5 días con el vendaje puesto y cuando el vendaje y la rodilla se mantengan secos. Le recomiendo que compre un taburete de ducha para sentarse.
- Puede retirar sus vendajes 5 días después de cirugía (excepto las Cintas estériles que están en la piel, si es que las tiene). Puede mojar la rodilla, lavar a la ligera con agua y jabón y volver a cubrir la incisión con curitas.
- **NO REMOJARSE EN LA PISCINA O BAÑERA POR 3 SEMANAS.**

Control de dolor:

- Medicamento para el dolor debería haber sido llamado el día de su cita preoperatoria o en el momento de alta del hospital.
- Tome medicamentos para el dolor según las indicaciones del farmacéutico cuando recoga su receta.
- Tome un anti inflamatorio como Meloxicam en caso de que sea llamado a la farmacia, o si no lo que está en el mostrador como Advil, Aleve, etcétera, por las primeras 2-4 semanas para ayudarle con el dolor y el hinchazón. Usted puede discontinuar si no tiene dolor.
- Tome los narcóticos (usualmente hydrocodone/acetaminophen) solo según sea necesario. En la única excepción, es bueno tomar los narcóticos al rededor del reloj durante las primeras 24 horas después de cirugía, para no ser desprevenido cuando el efecto de la medicación para adormecer se le pase. Puede tomar 1-2 pastillas cada 4-6 horas según sea necesario para el dolor severo.
- Aplicar hielo en la rodilla por 10-15 minutos cada hora según sea necesario para el hinchazón.
- Eleve su pierna más alta que el corazón, tanto como sea posible para el dolor e hinchazón.

Prevención de coágulos sanguíneos:

- Tome una aspirina completa diaria de 325 mg por 2-4 semanas para disminuir el riesgo
- Levantarse y caminar alrededor frecuentemente sin poner peso en la pierna operada durante el día, al menos una vez cada hora o 2 suele ser suficiente para disminuir coágulos de sangre en las venas.

Actividades:

- Sin poner peso en la pierna operada a menos que se le diga lo contrario. Utilice muletas, una andadera, or silla de ruedas para moverse.
- Si le dieron una férula o una abrazadera, uselo en todo momento, incluso mientras duerme.
- Le recomiendo que no vuelva al trabajo hasta después de su primera cita postoperatorio, y solo regrese si puede hacerlo con seguridad.
- Es más seguro no conducir hasta su próxima cita si ya no está tomando narcóticos, y su pierna tiene toda su fuerza puede que este bien comenzar a conducir antes.

Terapia física:

- Empesara en 6 semanas después de cirugía si es necesario.

Citas de seguimiento:

- Su cita de 10-14 días después de cirugía, debería haberse hecho en tu visita preoperatoria, pero si no llame al 559-733-3346
- Las siguientes visitas postoperatorias se programarán en los siguientes plazos después de la cirugía: 7 semanas, 14 semanas, y 6 meses.

Preguntas:

- Llame al 559-733-3346 y pregunte por Jules durante el día.

Emergencias:

- Si tiene preguntas o inquietudes de emergencia que no pueden esperar hasta el día, usted puede marcar al mismo número de la oficina y lo recibirá el médico ortopédico de guardia. Si no es el Dr. Criner, el cirujano que conteste su llamada no sabrá quien es usted, así que asegúrese de aclarar que usted es paciente del Dr. Criner, informele de la cirugía que tuvo y cuántos días atrás tuvo cirugía.
- Es nuestro reglamento de oficina no recetar medicamentos por teléfono. Si necesita medicamentos para la noche o fin de semana, tendrá que ir a la sala de emergencias.