



Instrucciones Postoperatorias de Artroscopia de Rodilla

Cuidados de herida/ al bañarse:

- Puede ducharse el día de cirugía y los siguientes 3 días con el vendaje, siempre y cuando el vendaje y la rodilla se mantengan secos.
- Puede retirar sus vendajes 4 días después de cirugía (excepto las Cintas estériles en la piel, Es posible que se caigan, si no se caen las quitamos en su próxima visita). Puede mojar la rodilla, lavar a la ligera con agua y jabón, y no volver a cubrir las curitas.
- **NO REMOJARSE EN LA PISCINA O BAÑERA POR 3 SEMANAS.**

Control de dolor:

- Medicamento para el dolor se mandará a su Farmacia el mismo día de su cita post-operatoria .
- Por favor recoja su medicamento el día después de su cita post-operatoria pero no tomársela hasta después de la cirugía.
- Tome medicamentos para el dolor según las indicaciones del farmacéutico.
- Tome un anti inflamatorio como Ibuprofen o si no, puede tomar algo de la tienda como Advil, Aleve, o Motrin por las primeras 2-4 semanas para ayudarle con el dolor y el hinchazón.
- Tome los narcóticos (Tramadol) solo según sea necesario. En la única excepción, puede tomar un anti-inflamatorio antes de su próxima dosis de narcótico.
- Aplique 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 de sangre:

- Levantarse y caminar con frecuencia es lo único que debe hacer durante el día. Hacer esto al menos cada una a dos horas es normalmente todo lo que se necesita para prevenir la formación de coágulos de sangre.
- Si usted fuma o toma medicamentos anticonceptivos, o si está muy preocupado, tome una aspirina de 325 mg por 2-4 semanas para disminuir el riesgo de coágulos de sangre.

Actividades:

- Ponga todo su peso en su pierna, según su dolor lo tolere después de cirugía.
- Por favor de no conducir hasta que obtenga el consentimiento del cirujano.

Terapia física:

- Recibirá una receta de terapia física en la primera cita después de cirugía. El Dr. Criner tiene que darlo de alta antes de comenzar.

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, informe de la cirugía que tuvo y cuántos días atrás tuvo cirugía.
- Es nuestro reglamento de oficina no recetar medicamentos por teléfono. Si necesita medicamento por la noche o fin de semana, tendrá que ir a la sala de emergencias.