



SETH CRINER

ORTHOPEDIC SURGERY

820 S. Akers, Suite 220 Visalia, CA 93277

Office Number: 559-733-3346

Instrucciones Postoperatorias de Artroscopia de Hombro

Cuidados de herida/ al bañarse:

- No mojar el vendaje por los primeros 3 días, cubralo para banarse
- Puede retirar sus vendajes 4 días después de cirugía (excepto las Cintas estériles en la piel, si es que las tiene). Puede mojar la hombro, lavar a la ligera con agua y javon.
- NO REMOJARSE EN LA PISCINA O BAÑERA POR 3 SEMANAS.

Control de dolor:

- Medicamento para el dolor se mandara a su Farmacia el mismo día de su cita post-operatoria .
- Por favor recoja su medicamento el dia despues de su cita post-operatoria pero no tomarsela hasta despues 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 (Hydrocodone acetaminophen) solo según sea necesario. En la única excepcion, puede tomar un anti-inflamatorio antes de su proxima dosis de narcotico.
- Eleve su hombro mas alto que el corazon, tanto como sea posible para el dolor e hinchazon.
- Aplicar hielo en el hombro por 10-15 minutos cada hora según sea necesario para el hinchazón.

Prevención de coágulos sanguíneos:

- Tome una aspirina completa diaria de 325 mg por 2-4 semanas para desminuir el riesgo
- ➤ Levantarse y caminar alrededor frecuentemente durante el dia. Por lo menos una vez cada hora o 2 es usualment lo necesarion para desminuir coágulos de sangre en las venas

Actividades:

- Si se sienta en una silla o sofá, puede quitar el soporte de brazo para extender el brazo o el codo. Tendrá que ponerse el soporte, si sale de su casa. Es importante usar el soporte para dormir.
- Puede mover los dedos y muñeca. Es recomendable no levantar nada con peso en el brazo herido.
- Es mas seguro no conducir asta su próxima cita. El doctor tiene que darle el permiso.

Terapia física:

Recibira 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 medico ortopédico de guardia. Si no es el Dr. Criner, el cirujano que conteste su llamada no sabra quien es usted, así que asegúrese de aclarar que usted es paciente del Dr. Criner, informele de la cirugía que tuvo y cuántos días atras tuvo cirugía.
- Es nuestro reglamento de oficina no recetar medicamentos por telefono. Si necesita medicamento por la noche o fin de semana, tendrá que ir a la sala de emergencias.