

# **Artroscopia del hombro - Manguito de los rotadores**

## *Arthroscopic Shoulder Rotator Cuff*

### **Instrucciones postoperatorias**

#### *Post Operative Instructions*

Dr. James M. Bothwell  
Fort Worth Orthopedics  
817.433.3450

#### **Medicamentos**

**\*Dolor** (hidrocodona/acetaminofén, Darvocet Vicodin, Norco, Lortab)  
Se le recetó un fuerte analgésico narcótico para aliviar el dolor. Tómelo regularmente como le fue indicado y según lo necesite para aliviar el dolor. Un efecto secundario común de este medicamento es el estreñimiento. Asegúrese de agregar fibra a su dieta o tomar un laxante si fuera necesario, y beba mucho líquido para evitar que suceda esto.

**\*Antiinflamatorios no esteroides** (ibuprofeno)  
A menos que se le indique de otro modo, tome ibuprofeno 600mg cada 8 horas con comida durante los primeros 7 días después de la cirugía. **No tome este medicamento si actualmente toma un anticoagulante (Plavix, Coumadin), o tiene antecedentes de úlcera, trastorno hemorrágico, problemas renales o alergia a fármacos.**

**\*Antibiótico** (Keflex, clindamicina)  
Si se le fuera a recetar este medicamento, tómelo según las instrucciones.

**\*Antiemético** (Phenergan)  
Si llegara a sentir náuseas después de su procedimiento, este medicamento lo ayudará a sentirse mejor. Si no puede tolerar este medicamento, comuníquese con el consultorio, ya que es posible que exista un medicamento alternativo.

#### **Dieta**

El día de la cirugía deberá consumir una dieta liviana. El día posterior a la cirugía podrá comenzar a incorporar alimentos hasta alcanzar su dieta habitual.

#### **El cabestrillo inmovilizador del hombro y la actividad**

Mientras use el cabestrillo inmovilizador podrá moverse en la medida en que se sienta cómodo. Utilice una pelota blanda para hacer ejercicios de contracción y así mantener la flexibilidad de los dedos y la mano. A menos que se le indique de otro modo, en posición de sentado podrá sacarse el cabestrillo para doblar y enderezar el codo varias veces al día.

## **Terapia de frío**

Es probable que se le haya entregado un dispositivo IceMan® para su hombro al momento de darle el alta. Utilícelo con frecuencia durante los primeros 10 días posteriores a la cirugía. Asegúrese de que la almohadilla no toque la piel en forma directa.

*Si tiene alguna duda o problema con el IceMan® llame a Texas Brace System a la línea disponible las 24 horas al 817-416-7400.*

## **Cambio de vendajes**

A menos que se le de una indicación diferente, debería quitarse el vendaje el día después de la cirugía. Utilice vendajes adhesivos (*band-aids*) y cámbielos al menos dos veces al día.

## **Cómo bañarse**

No moje sus vendajes ni incisiones. Puede utilizar un protector oclusivo (vendajes adhesivos a prueba del agua) hasta que se le indique otra cosa.

## **Terapia física**

En su primera visita postoperatoria se le entregarán las recetas de medicamentos e instrucciones.

## **Cita postoperatoria**

Comuníquese con nosotros por vía telefónica para programar una cita. Quisiéramos verlo de 3 a 5 días después de la cirugía.

### Lista de tareas a realizar:

- ✓ Hielo para el dispositivo IceMan®
- ✓ Vendajes adhesivos (normales y a prueba de agua)
- ✓ Programar una cita para la primera visita de postoperatoria