

Descompresión subacromial artroscópica, Escisión de la clavícula distal, y Tenodesis del bíceps

*Arthroscopic Subacromial Decompression, Distal
Clavicle Excision, and Biceps Tenodesis*

Instrucciones postoperatorias

Post Operative Instructions

Dr. James M. Bothwell
Fort Worth Orthopedics
817.433.3450

Medicamentos

***Dolor** (Tylenol con codeína, Tramadol o Talwin)

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, **no** doble ni enderezca el codo. Deberá

Name: [Insert pt name here]

DOB: [Click here to enter a date.](#)

usar su cabestrillo inmovilizador durante al menos 6 semanas, a menos que le den indicaciones diferentes.

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

Probablemente comience dentro de la semana posterior a la cirugía. En ese momento se le entregarán recetas e instrucciones.

Cita postoperatoria

Quisiéramos verlo el [Haga clic aquí para ingresar la fecha.](#) a las [hora]. Su cita será con [Elija una de las opciones.](#) Si esta fecha no responde a sus necesidades, llame a la clínica para reprogramarla.

Precauciones

Es normal que sienta algo de dolor, tenga hinchazón, se le formen hematomas y ocasionalmente sienta entumecimiento y hormigueo. No obstante, si tiene alguna duda o inquietud, llame a nuestro consultorio.

Lista de tareas a realizar:

- ✓ Compra de medicamentos recetados
- ✓ Hielo para el dispositivo IceMan®
- ✓ Vendajes adhesivos (normales y a prueba de agua)

Signature / Firma _____ Date / Fecha _____