

Cirugía de rótula por inestabilidad patelar

Patellar Instability Surgery

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.

Actividad

Mantenga la pierna elevada. Intente mantener la pierna (rodilla y pie) por encima del nivel de su cabeza lo más posible durante al menos los primeros 7 días posteriores a la cirugía. Asegúrese de mover los tobillos para arriba y para abajo (flexiones de tobillo) para mantener la circulación en ambas pantorrillas. *Una buena regla general es hacer una serie*

de 20 cada 20 minutos mientras esté despierto. En cuanto se sienta cómodo, podrá movilizarse con muletas.

******Rodillera: cuando esté parado y se movilice de un lugar a otro asegúrese de que esté trabada en la posición de máxima extensión. No doble la rodilla en un ángulo menor a 90 grados. Utilice sus muletas. No cargue peso sobre la pierna operada. En su primera visita postoperatoria se le darán más instrucciones al respecto.**

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 indique de otro modo, sus vendajes se cambiarán en la primera visita postoperatoria.

Cómo bañarse

No moje sus vendajes ni incisiones. Puede utilizar un protector oclusivo (bolsa de plástico, envoltorio de plástico, cinta adhesiva) hasta que se le indique otra cosa.

Terapia física

Probablemente comience después de su primera visita postoperatoria. En dicha visita se le entregarán las recetas de medicamentos e instrucciones.

Cita postoperatoria

Comuníquese con nosotros por vía telefónica para programar una cita. Quisiéramos verlo el siguiente día hábil después de la cirugía.

Lista de tareas a realizar:

- ✓ Hielo para el dispositivo IceMan®
- ✓ Bolsas de basura y cinta adhesiva para la ducha
- ✓ Programar una cita para la primera visita de postoperatoria