

## Instrucciones posoperatorias: reemplazo total o parcial de rodilla

LLAME A SU CIRUJANO AL (815) 398-9491 SI PRESENTA ALGUNO DE LOS SIGUIENTES SÍNTOMAS. DESPUÉS DE LAS 5 P. M. O DURANTE LOS FINES DE SEMANA, PERMANEZCA EN LA LÍNEA HASTA QUE UN REPRESENTANTE RESPONDA A SU LLAMADA.

- Temperatura de 101 grados o más
- Náuseas o vómitos persistentes
- Dolor intenso que no se alivia con sus analgésicos
- Enrojecimiento inesperado, sangrado excesivo, secreción turbia
- Enfriamiento o palidez de la extremidad operada
- Entumecimiento prolongado, hormigueo que dura más de 24 horas

**Dolor:** se le dará una receta para analgésicos. Tomar el medicamento según sea necesario; la mayoría de los pacientes necesitan analgésicos solo por unos días. Los medicamentos orales tardan, al menos, entre 20 y 30 minutos en hacer efecto. Los efectos secundarios frecuentes incluyen malestar estomacal y estreñimiento. Beber mucho líquido y consumir alimentos ricos en fibra, como frutas y verduras, puede ayudar. Puede utilizar ablandadores de heces de venta libre para prevenir el estreñimiento.

**Dieta:** puede mejorar su dieta según lo tolere. Comience con líquidos o sopa. A continuación, pruebe alimentos semisólidos como puré de papas, compota de manzana o gelatina. Pase lentamente a alimentos sólidos, pero evite los alimentos grasos, sazonados o picantes. No se obligue a comer comidas abundantes.

**Náuseas:** las náuseas y/o los vómitos después de la cirugía son comunes, y pueden durar hasta 72 horas. Es importante seguir las sugerencias para la dieta y tomar los medicamentos recetados (antibióticos, narcóticos y/o antiinflamatorios) con alimentos. Algunas sugerencias para ayudar con las náuseas incluyen: mantener el dolor bajo control, beber mucho líquido, aromaterapia (evitar los aromas fuertes), y caramelos de jengibre o ginger ale. También se le darán medicamentos para aliviar las náuseas y los vómitos.

**Restricciones de actividades:** realice las actividades que tolere con un andador o un bastón. Sea consciente de descansar. No levante más de 25 libras. Puede subir escaleras después de recibir el alta de la fisioterapia. No conduzca hasta que el Dr. Oyer se lo autorice.

**Actividad:** aplique hielo en la rodilla operada las 24 horas del día durante las primeras 48 horas, luego durante 30 minutos entre 4 y 5 veces al día. Use un bastón, un andador o muletas, según lo determinado por la fisioterapia. La terapia ambulatoria formal comenzará poco después de la cirugía. Si esto aún no se programó, recibirá una llamada telefónica en breve.

**(Continúa en la página siguiente)**

**Prevención de coágulos de sangre:** para evitar la formación de coágulos de sangre, cambie de posición con frecuencia, y mantenga las piernas activas flexionando los músculos de los muslos y rotando los tobillos o haciendo flexiones de tobillo entre 3 y 4 veces al día. Llame a su médico si nota algo de hinchazón, enrojecimiento o sensibilidad inusual en las pantorrillas. También tomará medicamentos para prevenir la formación de coágulos de sangre.

**Pulmones sanos:** use su espirómetro para ejercitar la respiración, según las indicaciones del profesional de enfermería posoperatorio. Esto ayudará a prevenir la neumonía. Respire profundamente y tosa a lo largo del día. Llame al 911 si tiene una falta de aire repentina o persistente

**Ducha y baño:** mantenga la incisión limpia y seca. No se duche durante 2 semanas. No empape el apósito ni el área de la incisión. No nade ni use una bañera hasta que el Dr. Oyer se lo autorice.

**Apósito:** mantenga la incisión cubierta con el apósito que el Dr. Oyer le colocó en la pierna durante la cirugía durante, al menos, 7 días. Luego, puede mantener la incisión cubierta con una gasa seca que puede cambiarse cada dos días. Las gasas se pueden comprar en la tienda ubicada dentro de las instalaciones de la clínica o en cualquier farmacia. No utilice lociones, cremas o geles en el área de la cirugía. Use medias de compresión tanto como sea posible en ambas piernas durante 6 semanas. Use la bota de compresión secuencial (Sequential Compression Device, SCD) de uso doméstico por la noche, tanto como sea posible, durante las primeras 2 semanas.

Debido a la anestesia que recibió hoy, le recomendamos lo siguiente:

1. Pídale a un adulto responsable que lo lleve a su casa y se quede con usted durante la noche.
2. Espere sentir cansancio durante las primeras 24 horas. Escuche a su cuerpo y descanse según sea necesario.
3. Siga una dieta ligera y beba abundante líquido.
4. Los mareos son un efecto secundario frecuente durante el primer día.
5. No conduzca.

**Mientras toma los analgésicos recetados:**

NO conduzca un vehículo, opere maquinaria, herramientas eléctricas ni electrodomésticos

NO tome decisiones personales o de negocios, ni firme documentos legales.

NO ingiera alcohol, tranquilizantes ni píldoras para dormir

NO haga ejercicios, a menos que se le den instrucciones especiales.

**Revise los medicamentos nuevos y actuales que aparecen en la siguiente página. Se incluirán instrucciones sobre si se debe suspender o interrumpir algún medicamento y durante cuánto tiempo.**

Llame al consultorio al **(815) 398-9491** si necesita programar o cambiar su cita de seguimiento.  
De lo contrario, su próxima cita es el \_\_\_\_\_ a las \_\_\_\_\_.