

RECOMENDACIONES DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

A continuación se encuentran las recomendaciones a tener en cuenta después de la cirugía de la rodilla. Por favor tenerlas en cuenta, ya que son una guía para tener el mejor resultado después de su cirugía.

Recomendaciones de actividad física

- Mantener la herida cubierta, no mojar. Seguir las indicaciones médicas
- No permanecer en cama, por favor sentarse, pararse, caminar usando el caminador dentro de su domicilio. En caso de estar cansado o tener sueño dormir en cama o sentado.
- Mantener la rodilla estirada cuando esté en reposo.
- No colocar almohadas, cojines o algún tipo de soporte debajo de la rodilla cuando esté en reposo. En reposo la rodilla debe estar estirada.
- Movilizar la rodilla (doblarla y estirla) lo que el vendaje permita, haciéndolo de manera frecuente.
- Movilizar rodilla y tobillo al menos 50 veces por hora
- Sentarse con la pierna elevada del suelo por 30 minutos 4 veces al día.
- No hay limitación para dormir en cuanto a posición de la rodilla, encontrar la posición más cómoda.
- Es esperable y normal sentir dolor y sensación de tirones. En ocasiones la curación en la herida se puede manchar sin que sea anormal. Si se mancha y persiste goteando avisar al cirujano.
- Use las medias de compresión por 4 semanas, solo debe retirarlas para bañarse. Estas medias ayudan a prevenir la formación de trombos en las piernas y la migración de los mismos a zonas como el pulmón.
- Su pierna tiene una película color amarillo que se usa para limpiar la contaminación bacteriana propia de la piel al momento de iniciar la cirugía, esto dura en su piel aproximadamente 20 días, no aplique sustancias para retirarlo dado que puede producir lesiones en la piel.

Manejo del dolor y trombopprofilaxis

- Tomar los medicamentos formulados de manera oportuna y efectiva en el horario indicado
- Continuar los medicamentos que normalmente toma según la indicación del médico
- Colocar frío sobre la rodilla por periodos de 15 minutos, 3 veces al día evitando mojar el vendaje

Signos de Alarma

En caso de presentar alguno de los siguiente signos o tenga dudas, por favor contactar al médico tratante

- Fiebre mayor a 38.3°C
- Dolor en el pecho, dificultad para respirar, imposibilidad de mover la pierna después de que se acabe la anestesia
- Dolor intenso en la pierna que no mejora con la analgesia
- Sangrado abundante o secreción por las heridas

De parte del equipo médico y asistencial, le deseamos una pronta y exitosa recuperación.

Teléfonos de contacto:

Dr. Diego Alarcon Perico
Cell: 3153154938

Yoice Ruiz (asistente)
Cell: 3155936263