



INSTRUCCIONES POSTOPERATORIAS PARA LA CIRUGÍA ARTROSCÓPICA DE HOMBRO:

Procedimiento: _____

Cita postoperatoria: Ubicación: _____

- **Manejo del dolor:** Utilizamos una combinación de medicamentos opioides y no opioides para ayudar a controlar su dolor después de la cirugía. Dicho esto, *ningún medicamento recetado puede aliviar el 100% de su dolor postoperatorio*. Todavía se debe esperar cierto grado de dolor después de la cirugía. Todos los medicamentos se recetarán electrónicamente a su farmacia en el archivo. Siga los horarios de medicamentos que se enumeran a continuación, así como el uso de hielo y la elevación de la extremidad para ayudar a controlar su dolor:

- Tome Tylenol 1000mg cada 8 horas
- Tomar Ibuprofeno 800mg cada 8 horas
- Tome oxicodona cada 6 horas según sea necesario para el dolor
- Tome Norco cada 6 horas según sea necesario para el dolor
- Tome Tramadol cada 6 horas según sea necesario para el dolor
- Tome Zofran según sea necesario para las náuseas
- Tome aspirina 81 mg 2 veces al día para la profilaxis de TVP

- **Protocolo de resurtido de recetas:** Se requiere una cita con su cirujano antes de volver a surtir los medicamentos para el dolor. Las recetas **no** se surten durante el fin de semana.

- **Apósito:** [] NO QUITAR. Mantener limpio y seco en todo momento.

[] Puede retirar 72 horas después de la cirugía y comenzar los cambios de apósito estéril seco.

- **Actividad:** Permanezca en el cabestrillo en todo momento, incluso mientras duerme. El cabestrillo solo se desprende con fines de higiene y para los ejercicios aprobados que se enumeran a continuación. **No intente moverse o elevar activamente el hombro. Sin levantar,**



empujar o tirar.

- Terapia de frío: Aplique hielo en el área quirúrgica en una bolsa impermeable durante 30 minutos cada hora que esté despierto. Siempre coloque una barrera entre su piel y el hielo, como una toalla.

- Cuándo llamar a su cirujano:
 - Las complicaciones después de la cirugía son afortunadamente muy raras. Llame al consultorio si tiene alguno de los siguientes síntomas:
 - Fiebre persistente >101, escalofríos
 - Aumento del dolor en el sitio quirúrgico
 - Aumento de la hinchazón/dolor en la pantorrilla
 - Entumecimiento u hormigueo de nueva aparición
 - Urticaria o erupciones cutáneas nuevas
 - Dificultad para respirar dolor en el pecho
 - Náuseas/vómitos persistentes
 - Drenaje de la incisión que dura >5 días

- Prevención de TVP (coágulos sanguíneos):
 - Realice ejercicios de rango de movimiento con el tobillo para ejercitar los músculos de la pantorrilla en la pierna ilesa. Haga diez repeticiones cada hora como mínimo mientras esté despierto. Realice estos ejercicios en la pierna quirúrgica también a menos que esté inmovilizada en un yeso o aparato ortopédico.
 - Cuando esté erguido, coloque el pie quirúrgico en el suelo y aplique el peso corporal para el equilibrio. No tenga la pierna suspendida en el aire cuando camine con muletas.
 - Comenzando el día de la cirugía, tome una aspirina regular (325 mg) al día durante 30 días, a menos que no lo permita por otras razones medicales. **Limpie esto con su médico de familia antes de comenzar a tomar la aspirina.**
 - No debe volar durante dos semanas después de la cirugía.