

INSTRUCCIONES PARA EL HOGAR LUEGO DEL ALTA HOSPITALARIA: CIRUGIA DE TOBILLO (ANKLE SURGERY)

Anestesia puede alterar su proceso de pensamiento. Favor de no hacer decisiones importantes, firmar documentos legales, manejar, o beber alcohol por 24-48 horas después de anestesia.

PREGUNTAS O INQUIETUDES LLAMAR:

- Numero de telefono del Centro de Cirugia Ambulatoria de UT Health Austin 1-512 -232-7347
Lunes – Viernes 7:00 a.m – 3:30p.m
- Numero de telefono del Clinica UT HEALTH AUSTIN 1-833-882-2737 durante horas posteriores

MEDICACIÓN:

- Se le darán recetas de medicamentos para el dolor para que tome en su casa. Estas se enviarán de manera electrónica a la farmacia que consta en los archivos de UT Health Austin.
- Naproxen 500 mg: Este medicamento es para aliviar el dolor y controlar la inflamación. Tome un comprimido con el desayuno y la cena, o dos veces al día con la comida.
- Percocet (5 mg/325 mg): Es un medicamento OPIOIDE/NARCÓTICO para tratar dolores intensos. Tome uno o dos comprimidos cada seis a ocho horas, si es necesario, para aliviar dolores intensos. Los opioides son eficaces para controlar el dolor, pero tienen varios efectos secundarios adversos, como náuseas, vómitos y estreñimiento. Este medicamento se debe tomar con un vasolleno de agua. Solo se debe usar para el dolor excesivo que no se alivia con el antiinflamatorio, y/ode noche para poder dormir. Puede dejar de tomar este medicamento tan pronto como lo desee.
- Los opioides tienen una interacción farmacológica peculiar que puede causar más sensibilidad al dolor y llevar, eventualmente, a una dependencia del medicamento o incluso a la adicción. Por ese motivo, le aconsejo que tome este medicamento solo para el dolor intenso, ya que únicamente le recetaré lo necesario para diez días, tomando ocho comprimidos diarios, aproximadamente. En la primera visita posoperatoria, comenzaré a reducirle la dosis de opioides y cambiaré este medicamento por uno menos potente. El objetivo es que abandone los opioides/narcóticos en un plazo máximo de 30 días posteriores al procedimiento.

APÓSITOS:

- Prefiero que deje los apósitos en su lugar hasta la cita de seguimiento, pero, si es absolutamente necesario, puede cambiar el apósito de la rodilla **NO ANTES DE LOS SIETE DÍAS DESPUÉS DE LA CIRUGÍA.**
- Por lo general, tendrá 2 o 3 incisiones pequeñas. El vendaje puede estar húmedo y con sangre al principio, no se alarme, esto es un residuo de sangre y líquido artroscópico que se

escapa de su tobillo. Observe el estado del apósito, si observa sangrado continuo, refuerce apósito y llame al consultorio ortopédico.

- Si su herida está completamente seca, sin ningún drenaje, puede dejar el apósito. Si se aplicaron steri- strips, déjelas puestas hasta que se despeguen por sí solas (alrededor de 7 a 10 días). Las suturas se quitarán en su primera visita posoperatoria, si es necesario.

BAÑO:

- Debe mantener la incisión seca (sin ducharse ni bañarse) hasta su primera visita postoperatoria.
- Después de que su herida haya sido revisada en su primera cita posoperatoria, se le informará cuándo puede comenzar a bañarse / remojar.

HIELO:

- Aplique hielo todas las veces que pueda durante los siguientes siete a diez días. Las bolsas o compresas de hielo se deben usar entre 20 y 30 minutos cada tres o cuatro horas durante las horas de vigilia (ocho horas al día como mínimo).
- Asegúrese de proteger la piel para que no se congele con un paño, una toalla o una venda elástica entre la compresa de hielo y la piel.

ELEVACIÓN:

- Mantenga la pierna elevada siempre que sea posible. El objetivo principal durante la primera semana posoperatoria es minimizar la hinchazón en el tobillo, por lo tanto, es beneficioso minimizar la deambulación (caminar) durante la primera semana para mantener el tobillo elevado.
- Cuando esté sentado o acostado, trate de tener la pierna elevada para minimizar la hinchazón.

MULETAS:

- Use muletas EN TODO MOMENTO hasta que su equipo quirúrgico lo suelte.

FISIOTERAPIA:

- Se lo evaluará en su primera visita posoperatoria para determinar cuándo es seguro comenzar la fisioterapia.

SEGUIMIENTO:

- Deberá acudir a una cita de seguimiento posoperatorio dos semanas después de la cirugía.

CONDUCIR:

- No conduzca hasta que se le examine nuevamente en la primera visita posoperatoria. Se le dirá cuándo puede comenzar a conducir dependiendo de la fuerza y ROM que tenga. Si tiene que limitar el peso que soporta con la pierna operada, no se le dará autorización médica para conducir hasta seis semanas después de la

***IMPORTANTE*:**

- Si presenta signos de infección, como temperatura superior a 101.5 grados, drenaje persistente en la herida, enrojecimiento, inflamación o aumento del dolor, debe comunicarse de inmediato con nosotros al **1-833-882-2737**. Instituto Musculoesquelético Clínica de Lesiones
- UT Health Austin Centro de Ciguria Ambulatoria numero de telefono - **1-512 -232-7347** (Lunes a Viernes 7:00 a.m – 3:30 p.m)

Instrucciones Adicionales :

Paciente | Otra Persona Legamente Responsable _____ Fecha:____ Hora:____
(se requiere una firma)

Pre-Operative Nurse Signature: _____ Date _____ Time _____

Post-Operative Nurse Signature: _____ Date _____ Time _____