

INSTRUCCIONES POSTOPERATORIAS AMBAS FRACTURAS DEL ANTEBRAZO (RADIO Y CUBITÓ)

ACTIVIDAD

- **NO PUEDE apoyar peso al brazo operado (NO PUEDE** recargarse, empujar superficies, cargar objetos) HASTA que se lo permita su doctor.
- DEBE mover (enderezar y doblar) sus dedos por lo menos 10 veces al día dentro de su comodidad para disminuir la hinchazón y prevenir rigidez.
- PUEDE mover su hombro (levantarlo por encima de la cabeza) y el codo (doblar y enderezar) dentro de su comodidad para disminuir la hinchazón y prevenir la rigidez.
- Posiblemente pueda escribir a máquina o escribir después de la cirugía. Pero debido a la hinchazón o a la rigidez puede que se le haga difícil hacer estas cosas por las primeras 3 a 4 semanas después de la cirugía.

DOLOR E INFLAMACIÓN

- **Elevación-** Puede notar hinchazón en sus dedos si el brazo lo tiene colgando a su lado por largos periodos de tiempo, por lo tanto, **mantenga su brazo elevado por encima de su corazón** lo más que pueda por los primeros 2 a 3 días.
- **Hielo-** Puede usar una bolsa de hielo hasta por 20 minutos a la vez sobre el vendaje quirúrgico para ayudar a reducir la hinchazón en su mano. Coloque una toalla delgada entre el paquete de hielo y su piel o use un vendaje para proteger su piel.

Medicamento

- El narcótico, es un medicamento de corta duración. Puede tomar 1-2 tabletas cada 4-6 horas.
- Los efectos secundarios comunes del medicamento para el dolor son náusea, somnolencia y estreñimiento. Por favor comuníquese a la clínica si está teniendo problemas con cualquiera de estos síntomas. Tome los ablandadores de heces según las instrucciones a venta libre.
- No conduzca un automóvil o utilice maquinaria mientras esté tomando analgésicos narcóticos
- Los medicamentos antiinflamatorios (Aleve, Ibuprofen, Naproxen, etc.) **no deben** tomarse por 6 semanas después de la cirugía.
- Si usted cree necesitar un relleno de su medicamento, **debe pedirlo durante las horas regulares de oficina.**
- El medicamento Zofran es para náusea. Lo puede tomar cada 6 horas. Si tiene mucha náusea puede moler la tableta y ponérsela debajo de la lengua.

EMERGENCIAS

- Por favor que alguien se quede con usted para cuidarlo(a) por lo menos 24-48 horas después de la cirugía.
- Una pequeña cantidad de drenaje de color rojo en su vendaje puede ser normal. Si el drenaje empapa su vendaje continúa expandiéndose, huele mal, o sus incisiones son muy rojas, por favor comuníquese a la clínica.
- Si desarrolla fiebre (más de 101.5) o escalofríos, comuníquese a la clínica.
- Si experimenta dolor en la pierna o en la pantorrilla, hinchazón en la pierna, dolor en el pecho o dificultad para respirar, por favor comuníquese a la clínica, o si es después de las horas de oficina vaya a la Sala de Emergencias.

CUIDADO DE SEGUIMIENTO

- Si todavía no ha hecho su cita de seguimiento, por favor comuníquese a la clínica para hacer su cita para que le quiten la tablilla/férula dentro de 10-14 días después de su cirugía.
- En la mayoría de los casos se le cambiara a una tablilla/férula removible durante su cita y comenzara con fisioterapia.
- **NO HAGA** levantamiento de pesas o ejercicios fortificantes tónicos sin antes hablar con su cirujano o terapeuta ocupacional.

POR FAVOR COMUNÍQUESE A LA CLÍNICA SI TIENE ALGUNA PREGUNTA O PREOCUPACIÓN (760-924-4084)