

Los pasos previos a su cirugía

Pruebas especiales

Su médico de cabecera o clínica seguramente ya le ha tomado radiografías. Es posible que tenga que hacerse otras pruebas, por ejemplo un artrograma, imagen por resonancia magnética (IRM), electromiografía (EMG), etc.

Terapia física pre-quirúrgica

Muchos pacientes han tenido la oportunidad de conocer qué es la terapia física como parte de su tratamiento anterior. Para determinados procedimientos quirúrgicos podríamos recomendar una visita al terapeuta físico para aprender ejercicios específicos que deberán hacerse después de la cirugía.

Revisación médica general

Para las personas con una historia de determinadas condiciones médicas (por ejemplo: problemas cardíacos o enfermedades pulmonares) se podría recomendar una visita al médico de cabecera. Esto le dará la oportunidad a su médico para identificar cualquier riesgo potencial de salud y tratarlo antes de la cirugía. En ciertos casos, la cirugía deberá aplazarse mientras se estén realizando más pruebas o tratamientos.

Suplementos de hierbas/Productos para adelgazar. El uso de cualquier producto para la pérdida del peso o suplemento deberá discontinuarse **una semana antes de la cirugía.** Estos productos pueden interferir con el control de la pérdida de sangre y los medicamentos para la anestesia.

La noche anterior a la cirugía

Usted no deberá comer ni beber nada después de la medianoche. Esta es una precaución para evitar complicaciones con la anestesia.

Su cirugía

Registro

Usted deberá registrarse en el hospital el día de la cirugía. Se le darán la hora y el sitio específico durante su visita al consultorio o por correo. ¡Por favor preséntese con puntualidad! El no presentarse a horario significa ocasionar retrasos innecesarios no sólo en su cirugía sino también para las personas que serán sometidas a una cirugía después de usted. Si usted llega demasiado tarde, su cirugía será cancelada. Se le solicitará que llegue 2 horas antes, como mínimo, del horario de su cirugía para tener suficiente tiempo para registrarse, para someterse a las pruebas previas a la cirugía y la consulta con el anestesista. Después de su registro, una enfermera le acompañará hasta el área de espera para el quirófano. Él(ella) le hará varias preguntas relacionadas con sus antecedentes de salud y le tomará la temperatura, la presión arterial, etc. Entonces se le solicitará que se cambie y se vista con una bata de hospital.

Anestesia

La enfermera comenzará con una línea intravenosa (IV) o suero que se usará para administrar medicamentos a su torrente sanguíneo durante la cirugía y después de ella. Inmediatamente antes de la cirugía, el anestesista conversará sobre los detalles de su anestesia. Cualquier pregunta sobre la anestesia deberá formularse al anestesista.

Cirugía

Después de prepararse para la cirugía, la enfermera del quirófano le llevará al área de cirugía. Se le solicitará usar un gorro para cirugía con el que cubrirá su cabello. Después de registrarse una segunda vez, se le transportará al quirófano en una silla de ruedas (se hace la observación de que se le formularán muchas de las mismas preguntas varias veces. Esto simplemente se hace para evitar que cualquier información importante se pasado por alto involuntariamente).

El equipo quirúrgico está formado por el cirujano, su asistente(s), 2 a 3 enfermeras o técnicos quirúrgicos y el anestesista. La temperatura del quirófano es, generalmente, más baja que la normal y se le suministrarán mantas. Después de la preparación del anestesista, él le administrará medicamentos para que se relaje. Luego, se le darán más medicamentos para que usted se duerma. La duración de una cirugía varía dependiendo del caso pero le daremos un horario estimado a su familia de modo que pueda hacer los planes correspondientes. Después de la cirugía su médico hablará con los miembros de la familia para darles los datos más recientes sobre la misma. Por favor asegúrese de que, en ese momento, se encuentre presente algún miembro de la familia.

Unidad de recuperación post-anestesia (PACU, en inglés)

Cuando usted se despierte de la anestesia, se encontrará en la unidad PACU. Se le asignará una enfermera para que monitoree su evolución y responda a sus necesidades. Después de su estabilización, se le transferirá a su habitación o segunda área de recuperación preparándose para darle de alta. Sus familiares podrán verle únicamente en ese momento. Los familiares no tienen permitido entrar a la sala principal de recuperación debido a la necesidad de mantener la privacidad de otros pacientes.

Medicamentos y manejo del dolor

Recuerde que durante las primeras 24 a 48 horas es conveniente adelantarse a su dolor. No sea demasiado tímido o se sienta orgulloso y tome su medicamento regularmente durante dicho período.

A continuación presentamos una lista de los medicamentos recetados más comunes:

Los analgésicos narcóticos (por ejemplo: Vicodin, Loratab, Darvocet) alteran su percepción del dolor. Estos medicamentos pueden darle una sensación de sueño, por lo tanto, no deberá beber alcohol, conducir ni operar ninguna maquinaria mientras los toma. Los analgésicos narcóticos pueden causar náuseas, especialmente si se toman sin alimentos. Siempre tome sus medicamentos con comida. Además, algunos pacientes notarán algo de constipación y para reducirla asegúrese de tomar mucho líquido, especialmente jugos de fruta. Después de que su dolor alcance un nivel más manejable, usted podrá cambiar y usar un medicamento de venta libre siguiendo las instrucciones correspondientes.

Los medicamentos antiinflamatorios (por ejemplo: Relafen, Toradol, Naprosyn, Celebrex) le ayudarán a mejorar la hinchazón, rigidez y dolor.

Estos medicamentos pueden causar dolor de estómago y, raramente, úlceras. Deberán tomarse con comida. Si causan irritación estomacal se puede tomar Pepcid AC juntamente con el medicamento. Si continúa sufriendo de irritación estomacal o si nota la presencia de sangre en la materia fecal, descontinúe el medicamento inmediatamente y llame a nuestro consultorio.

Cuidado de la herida

Durante la cirugía aplicamos vendajes esterilizados sellados con una cubierta plástica protectora. Usted **no** deberá cambiar el vendaje. Déjese el vendaje hasta que regrese a su primera consulta después de la cirugía. Usted **podrá** bañarse (ducha, regadera) con esta clase de vendaje, sin embargo, **no podrá** sumergirse en una bañera (bañadera) o pileta (piscina). Si su vendaje se le ha salido accidentalmente o humedecido, llame a nuestro consultorio. En muchos casos la gaza absorberá una pequeña cantidad de sangre resultando en una mancha roja. Esto es normal. Sin embargo, si el vendaje está saturado con sangre deberá llamar a nuestro consultorio.

Terapia física

En algún momento se le darán ejercicios de terapia física en forma individualizada de acuerdo a su tipo de cirugía y circunstancias especiales. La terapia tiene la misma importancia para su recuperación que la cirugía propiamente dicha. Asegúrese de hacer sus ejercicios estrictamente y de acuerdo a las indicaciones correspondientes. Si se ha previsto que deberá permanecer durante la noche, podría asignársele un terapeuta físico para que le vea a la mañana siguiente con el propósito de hacer los ejercicios terapéuticos al lado de su cama. Caso contrario, usted verá a un terapeuta físico el mismo día durante la primera visita a su médico después de la operación.

El sueño

Usted podría notar dificultades para sentirse cómodo durante la noche y esto podría prolongarse por varias semanas. Podrá dormir sobre el lado operado y esto no afectará de manera alguna la corrección efectuada durante la cirugía. Sin embargo, puede ser que usted no lo intente durante un tiempo porque se sentirá incómodo.

Problemas comunes

Dolor

Con cualquier cirugía siempre se prevé algún tipo de dolor. Después que usted comience a sentir el dolor, trátelo inmediatamente y adelántese al mismo tomando analgésicos en forma regular. Un error común es esperar demasiado tiempo entre dosis porque el nivel de dolor aparenta ser razonable. El medicamento es mucho más efectivo para prevenir el dolor en lugar de tratarlo después que se presenta. Tómelo regularmente durante las primeras 24 a 48 horas.

Recuerde que algo de dolor es ¡normal!. Sin embargo, su dolor deberá atenuarse día a día. Si nota que el dolor empeora después de varios días, llame a nuestro consultorio.

Náuseas y vómitos

Las náuseas y los vómitos pueden ocurrir debido a varias razones. Durante las primeras 24 horas, los agentes anestésicos que usted recibió durante la cirugía pueden causarle náuseas. Por lo general, el anestesista administra medicamentos antináuseas pero, de todos modos, los pacientes podrían sentir náuseas. Si tienen náuseas en su casa esto podría estar relacionado con uno de sus medicamentos para el tratamiento del dolor. Todos los medicamentos narcóticos (por ejemplo: Loratab) pueden causar náuseas, especialmente si los toma con un estómago vacío. **Nunca tome su analgésico con el estómago vacío.** Después de que usted se sienta con náuseas no podrá tomar sus medicamentos y podría ser necesario tomar un medicamento antináuseas por vía rectal (supositorios).

Cambios de apetito y hábitos intestinales

Algunos pacientes sufren una pérdida del apetito. Esto ocurre, generalmente, durante un período corto de tiempo y mejora a medida que usted se recupera. La constipación se asocia, comúnmente, con una disminución de sus actividades y sus medicamentos analgésicos. Los narcóticos, particularmente, causan constipación. Usted deberá tomar más líquidos de lo usual, especialmente jugos de fruta.

Hematomas

Después de dos o tres días usted podría notar la presencia de un hematoma bastante significativo en la parte superior de su brazo y, a veces, hacia su pecho. Esto es normal. La sangre del momento de la cirugía se filtra lentamente fuera de los tejidos profundos y toma el camino de menor resistencia debajo de la piel. Debido a la gravedad, termina bajando por el brazo. También se producirá hinchazón; la hinchazón del hombro y el

brazo es común y, ocasionalmente, podrían verse afectadas las manos y los dedos. Cryocuff reduce la hinchazón.

Cuándo llamar al médico

Fiebre

Una fiebre por debajo de 100° F es común. Deberá reportarse una temperatura por encima de 101° F, especialmente si continúa después de las 24 horas siguientes a la cirugía.

Dolor

El dolor es común después de la cirugía. Su dolor puede agravarse si usted no toma los medicamentos de acuerdo con las indicaciones o si está superactivo después de la cirugía. Llame a nuestro consultorio si su dolor se agrava a un ritmo constante durante varios días consecutivos a pesar de las medidas normales para su control.

Cuidado de la herida

Posiblemente se producirá un pequeño drenaje de sangre que será visible en el vendaje. El vendaje actúa como una mecha, por lo tanto, una pequeña cantidad de sangre puede ocasionar una mancha de tamaño moderado sobre el vendaje. Llame a nuestro consultorio si su vendaje se empapa con sangre o si nota un drenaje de pus.

NÚMEROS IMPORTANTES

El horario de oficina de Methodist Sports Medicine Center es desde las 8 de la mañana hasta las 5 de la tarde, de lunes a viernes, y desde las 8 de la mañana hasta las 10 de la mañana, los sábados. La clínica permanece cerrada los días festivos oficiales.

Número telefónico general de la clínica:

Indianapolis: 317-817-1200

Número gratuito: 800-867-9250

Número de fax: 317-817-1220

Servicio de respuestas: 924-8636-Después de las horas de oficina, llamar al servicio de respuestas y mencionar el nombre de su médico.

Terapia física: 817-1200 (norte)

Departamento de facturación clínica: 317-817-1236 (Rose Ambs)