

Fractura de olécranon

Instrucciones postoperatorias

Drew Ratner MD

Blue Ridge Orthopedic – Easley
309 E 1st Ave
Easley, SC 29640
(864) 724-3131
Drewratnermd@gmail.com

PRISMA
HEALTHSM

Instrucciones iniciales

- El hielo junto con los analgésicos son la clave para el control inicial del dolor.
- Cuando llegue a casa, descanse el resto del día. Puede estar cansado o tener náusea por la anestesia o los analgésicos.
- Usted estará en un cabestrillo después de la cirugía.

Cambio del vendaje

- Deje el vendaje en su sitio hasta la cita de seguimiento.
- Es muy importante mantener la zona quirúrgica limpia y seca en todo momento para evitar infecciones.
- Las señales de infección incluyen enrojecimiento, hinchazón, aumento del dolor, calor, fiebre (superior a 101.4 grados F) y supuración de la herida. Si observa alguna de estas señales, llame inmediatamente al consultorio.

Baño

- Puede ducharse **después de la cirugía**, pero mantenga seco el vendaje.
- Después de que le retiren el vendaje en la primera cita postoperatoria, puede ducharse y limpiar la herida suavemente con agua y jabón, pero **no sumerja ni empape** el área quirúrgica hasta que las heridas estén completamente cicatrizadas (normalmente 3-4 semanas después de la cirugía).

Actividad

- Puede volver al **trabajo SOLAMENTE sedentario** 3-4 días después de la cirugía, si el dolor es tolerable.
- **Está bien usar la computadora.**
- Usted estará sin soporte de peso durante 6 semanas y luego menos de 10 libras hasta 12 semanas después de la operación.
- Comenzará a trabajar el rango de movimiento del codo inmediatamente después de la cirugía.
- Debe trabajar el rango de movimiento de los dedos, muñecas y hombros inmediatamente después de la operación.

Fisioterapia

- **Se le entregará una prescripción para fisioterapia y un protocolo de fisioterapia después de su primera visita postoperatoria.** El protocolo es una descripción para usted y su fisioterapeuta que detalla sus restricciones y actividades a lo largo de toda su recuperación. Asegúrese de entregárselo a su fisioterapeuta.
- Agende su cita de fisioterapia postoperatoria. Nuestra oficina puede ayudarle con esto si es necesario. Usted puede comenzar después de su primera cita postoperatoria. Le guiarán en los ejercicios a realizar mientras esté en la clínica y en casa.

Terapia de hielo

- La aplicación de hielo es muy importante para disminuir la inflamación y el dolor y mejorar la movilidad.
- Utilice hielo durante 20 minutos, 3-4 veces al día sobre el codo
- Asegúrese de mantener ropa o una toalla entre el hielo y la piel, ya que colocar el hielo directamente sobre la piel puede causar quemadura por frío. **NO LO COLOQUE DIRECTAMENTE SOBRE LA PIEL.**

Medicamentos

- Si se colocan, los bloqueos nerviosos y los analgésicos inyectados en la herida desaparecerán de 8 a 24 horas después de la cirugía.
- Se le dará un analgésico opioide. Debe tomarlo cada 4-6 horas para el dolor. Tómelo con un poco de comida.
- Los analgésicos opioides no aliviarán todas sus molestias.
- El hielo y la elevación ayudarán a controlar el dolor.
- Tomar los medicamentos según lo recetado.
- No mezclar opioides con alcohol.
- Los efectos secundarios habituales de los analgésicos opioides son los siguientes
 - Náusea- Tome el medicamento con alimentos. Si se lo recetan, puede utilizar medicamento contra la náusea. Si la náusea persiste, llame al consultorio para que le cambien el medicamento.
 - Somnolencia
 - Estreñimiento – Le recomendamos comprar un ablandador de heces de venta libre (como colace) para tomarlo según las indicaciones mientras esté tomando los opioides para prevenir el estreñimiento. Se le dará una receta para esto.
- **No conduzca vehículos ni maneje maquinaria pesada mientras esté tomando analgésicos opioides.**
- Los medicamentos opioides no pueden recetarse llamando a la farmacia. Tienen que ser recetados por el consultorio. Por favor, lleve una cuenta de la cantidad de analgésicos que le quedan para que no se le acaben.
- **Los opioides y analgésicos no se abastecerán los fines de semana ni fuera del horario laboral.**
- Es probable que le receten aspirina 325 mg para el postoperatorio. Ésta se toma una sola vez al día durante 4 semanas para prevenir la formación de coágulos. La dosis y la duración pueden cambiar de forma individual, pero deben reflejarse en la receta que le den.
- También le recomendamos que tome un antiinflamatorio si puede tolerarlo, como Motrin o Naproxeno, a menos que esté usando anticoagulantes o su médico le haya indicado que no tome antiinflamatorios. Tómelo según las indicaciones. Tómelo con alimentos.
- Se le administrarán 50.000 unidades semanales de ergocalciferol (vitamina D2) durante 8 semanas y 500 mg de calcio tres veces al día durante 8 semanas. Ambos medicamentos contribuyen a la curación ósea.

Cita postoperatoria

- Si la cita no se agendó antes de la cirugía, póngase en contacto con el consultorio.
- Su primera visita postoperatoria se programará en el consultorio antes de la cirugía.
- Dependiendo del procedimiento, planeé visitas de seguimiento a las 6 semanas, 3 meses y 6 meses después de la cirugía.

Emergencias o preocupaciones

- Envíe un correo electrónico al Dr. Ratner a drewratnermd@gmail.com
- O póngase en contacto con nosotros o vaya a la sala de urgencias más cercana si presenta alguno de los siguientes síntomas:
 - El dolor empeora o no desaparece después de tomar analgésicos.
 - Cualquier cambio brusco en la naturaleza o gravedad del dolor
 - Enrojecimiento o hinchazón en el muslo o la pantorrilla que no disminuye.
 - Enrojecimiento alrededor de las incisiones.
 - Drenaje o sangrado continuo de la incisión (se espera que haya un drenaje ocasional).
 - Dificultades para mover los dedos o dolor extremo al moverlos.
 - Entumecimiento u hormigueo que no desaparece o que empeora.
 - Pie frío o cambio de color en la extremidad (tenga en cuenta que la preparación de la piel en la cirugía puede tener un tinte anaranjado, café o azul).
 - Desarrolla fiebre superior a 101.5 grados F.
 - Dolor en el pecho, falta de aire, náusea/vómito intratable o cualquier otro síntoma preocupante.
 - Si tiene una urgencia que requiera atención inmediata, diríjase a la sala de urgencias más cercana.