



EDWARDS  
ORTHOPEDICS

*Advanced Orthopedic Surgery, Close to Home.*

Dr. Chad Edwards. Orthopedic Surgeon

#### INSTRUCCIONES POSTOPERATORIAS

## Artroscopia Mayor de Hombro

*Las instrucciones de rehabilitación o fisioterapia, cuando sean necesarias, se entregan por separado.*

### Cabestrillo y Movimiento del Hombro

- Esta hoja es para artroscopia mayor de hombro, como reparación del manguito rotador o reparación del labrum.
- Use el cabestrillo en todo momento, excepto cuando lo retire brevemente para higiene o para cambiarse de ropa.
- No mueva ni levante activamente el hombro operado hasta que se le indique lo contrario.
- Cuando retire el cabestrillo, mantenga la parte superior del brazo relajada a un lado del cuerpo y evite usar el hombro.
- Puede mover el codo, la muñeca, la mano y los dedos según lo permita la comodidad.
- No levante, empuje, jale ni apoye peso sobre el brazo operado. Las instrucciones de rehabilitación del hombro se entregan por separado.

### Cuidado de la Incisión y el Vendaje

- Después de la cirugía, el hombro estará cubierto con un vendaje grande.
- Retire el vendaje exterior el día posoperatorio 2.
- Después de retirar el vendaje, puede ducharse y dejar que el agua corra suavemente sobre las incisiones. No sumerja el hombro en agua hasta que se le autorice.
- Después de la ducha, seque las incisiones con palmaditas suaves y cúbralas con curitas para protección.

## Control del Dolor - Objetivo: Minimizar los Opioides

- **Acetaminofén (Tylenol):** Tome 1,000 mg (dos tabletas Extra Strength de 500 mg) tres veces al día, a menos que se le indique lo contrario.
- **Medicamento antiinflamatorio:** A menos que se le haya recetado Celebrex u otro antiinflamatorio, tome ibuprofeno 800 mg tres veces al día con alimentos.
- **No combine AINEs/NSAIDs.** No tome ibuprofeno junto con Celebrex, meloxicam, naproxeno, diclofenaco u otro AINE/NSAID. Si le han indicado que evite los AINEs, no tome ibuprofeno a menos que se le indique específicamente.
- **Relajante muscular:** En ocasiones se puede recetar Flexeril (ciclobenzaprina) para espasmos musculares. Tómelo solamente según las indicaciones. Puede causar somnolencia.
- **Oxicodona / Percocet:** Úselo solamente si el dolor continúa siendo insoportable a pesar de Tylenol y su medicamento antiinflamatorio. Use la menor cantidad posible. El objetivo es evitar los opioides siempre que sea posible.
- **Advertencia importante sobre Tylenol:** No tome otros medicamentos que contengan acetaminofén. Percocet contiene acetaminofén y debe contarse dentro de su cantidad diaria total.
- **Alcohol y conducción:** No beba alcohol ni conduzca mientras esté tomando oxicodona, Percocet, Flexeril o cualquier medicamento que cause sueño o afecte su juicio.
- **Anticoagulante:** Si se le receta un anticoagulante, tómelo exactamente según las indicaciones.

## Seguimiento

- Se programará una cita de seguimiento para controlar su recuperación.
- Llame al consultorio si tiene preguntas o inquietudes antes de su cita de seguimiento.

## Llame al Consultorio por Cualquier Otra Inquietud

- Aumento del enrojecimiento, hinchazón, calor o drenaje de la incisión.
- Fiebre o escalofríos.
- Dolor intenso o que empeora y no mejora como se esperaba.
- Hinchazón, entumecimiento o dolor persistente o en aumento en el brazo o la mano.

### LLAME AL 911 O VAYA A LA SALA DE EMERGENCIAS

Por cualquier problema de emergencia. No use el teléfono del consultorio ni la línea de texto posoperatoria urgente para una emergencia.