

# Instrucciones posoperatorias para cirugía de mano

Debería realizar la primera visita de seguimiento en un plazo aproximado de 7 a 14 días. Llame al consultorio del cirujano si no está seguro con respecto a su cita o si tiene preguntas acerca de su operación. Es posible que un terapeuta de manos lo vea antes de que vea al médico. Por lo general, esto se organiza antes de la operación. Si tiene alguna pregunta, llame al 503-814-4263 durante el horario de atención.

**Elevación:** Eleve la mano por encima de la altura del corazón durante al menos 48 horas. Una canica debería poder rodar hacia abajo desde la yema de su dedo hasta el hombro sin subir. Lo ideal es que al caminar o pararse, el brazo esté encima de la cabeza y no apoyado sobre el pecho. Se necesitan horas de elevación para disminuir la hinchazón que se produce a los pocos minutos de que la mano esté demasiado baja. Apoyar la muñeca o el antebrazo sobre la parte superior de la cabeza es una buena forma de mantenerla elevada cuando esté de pie. La elevación disminuirá el dolor, disminuirá las complicaciones y aumentará el movimiento después de la operación. **La elevación es la forma más importante de controlar la hinchazón y ayudar de forma significativa con el dolor.**

**Hinchazón:** Después de la cirugía siempre se produce hinchazón de la mano y de los dedos. La hinchazón puede resultar muy impresionante. La causa más común es no elevar adecuadamente la mano/brazo después de la cirugía. Puede haber un poco de cambio de color (dedos o antebrazo negros y azules), esto es normal después de la cirugía.

**Hielo:** Aplique hielo en una bolsa en el pliegue del codo o en la muñeca del lado de la palma para ayudar con el control del dolor. Hágalo durante los primeros días después de la operación.

**Dolor:** Después de la operación, ningún analgésico es capaz de aliviar todo el dolor. Sin embargo, tomar las pastillas en intervalos regulares sin saltar dosis le dará la mejor posibilidad de controlar el dolor. Puede alternar diferentes analgésicos si se lo indica su cirujano. La elevación y la aplicación de hielo en la parte interna del codo o la muñeca ayudarán a reducir el dolor.

**Vendaje:** Mantenga el vendaje limpio y seco en todo momento y déjelo colocado hasta la cita de seguimiento, a menos que se le indique lo contrario. Si el vendaje se siente demasiado ajustado o está frotando la piel y causa irritación, se puede cortar parcialmente o aflojarse. Luego, tendrá que volver a colocarse o pegarse. La mayoría de los vendajes se mantendrán hasta la primera cita posoperatoria.

**Ejercicios con los dedos:** Para ayudar a reducir la hinchazón, haga ejercicios con los dedos mientras el brazo se mantiene elevado. Aunque duela, debe intentar flexionar los dedos hacia la palma y enderezarlos todo lo posible. Esto acelera el tiempo de recuperación y disminuye el dolor más adelante. Realice estos ejercicios durante cinco minutos cada una o dos horas. Mueva las articulaciones que no estén inmovilizadas a través del mayor rango de movimiento posible.

# Instrucciones posoperatorias para cirugía de mano

**Preste atención:** Si tiene algún nuevo entumecimiento en sus dedos, los dedos pasan de rosado a blanco o azul o si observa un nuevo sangrado rojo brillante empapando el vendaje, llame al médico **de inmediato**. Si desarrolla dolor en el pecho, falta de aire u otros síntomas graves y agudos, llame al 911. Si alguno de sus problemas médicos habituales se intensifica después de la cirugía, llame al médico que habitualmente se ocupa de ellos.

Si la anestesia involucró un tubo para respirar de cualquier tipo, podría estar ronco o tener dolor de garganta. Puede usar pastillas para aliviarlo.

No intente ingerir demasiada comida demasiado pronto. Esto puede provocar náuseas debido a los analgésicos narcóticos y la anestesia.

**Resurtidos de recetas:** Planifique con anticipación para el resurtido de recetas. Si anticipa que se va a quedar sin medicamentos, llame a su farmacia para obtener un resurtido. Debe permitir 48 horas (dos días hábiles) para el procesamiento y la comunicación con su farmacia. Tenga en cuenta que los analgésicos más fuertes no se pueden resurtir por teléfono; debe obtener una nueva receta por escrito de su cirujano. Llamar a la farmacia con anticipación le dará suficiente tiempo para obtener esta receta.

**Comunicarse con el cirujano:** Si necesita comunicarse con el cirujano o con su personal, llame al 503-814-4263.

ORTH 2615 42298