

RECOMENDACIONES PARA PACIENTES INTERVENIDOS DE ARTROSCOPIA DE RODILLA

¿QUÉ ES? una **Artroscopia de rodilla** es la cirugía para buscar problemas en esa articulación.

OBJETIVO: es ayudarle en su recuperación.

CUIDADOS GENERALES

- Utilizar calzado cómodo, cerrado de tacón bajo y que sujete el pie.
- La herida se debe lavar con agua y jabón, en la ducha salvo contraindicación. Se seca con gasas.
- Se le ha indicado en el hospital como debe caminar con muletas. Siga haciéndolo hasta que su médico le indique lo contrario.
- El médico le solicitará descansar apenas llegue a casa. Mantenga la pierna elevada sobre cojín o almohada, póngalos bajo el pie o el músculo de la pantorrilla, lo cual le ayuda a controlar la hinchazón de la rodilla
- Aplíquese hielo sobre la rodilla de 4 a 6 veces al día durante los primeros 2 o 3 días.



- Realizar los ejercicios que le ha indicado su médico.
- No realizar actividades de trotar, nadar, aeróbicos, montar en bicicleta, hasta que el médico indique cuando hacerlo.
- Trate de no permanecer de pie por períodos largos.
- Usted regresará a casa con un apósito o un vendaje alrededor de la rodilla. No se los quite hasta que su médico lo indique. Hasta entonces, manténgalos limpios y secos.

OBSERVE

- Si hay sangre que está empapando el apósito y el sangrado no se detiene cuando le aplica presión en el área.
- Tiene hinchazón o dolor en el músculo de la pantorrilla.
- Los pies o dedos de los pies lucen más oscuros de lo normal o están fríos al tacto.
- Si presenta enrojecimiento, dolor, hinchazón o supuración de la herida o fiebre.

PONGASE EN CONTACTO CON SU MEDICO O ACUDA A URGENCIAS