



CENTRO DE TOBILLO Y PIE

INSTRUCCIONES PARA EL PACIENTE OPERADO DE ARTROSCOPIA DE TOBILLO

Esta información es para ayudarle en su proceso de recuperación luego de su artroscopía de tobillo. Usted recibirá más información durante la próxima consulta con su médico, su primer control postoperatorio.

ACTIVIDADES Y PRECAUCIONES

- Mantenga sus vendajes limpios y secos. No se saque los vendajes ni haga curaciones por su cuenta, no es necesario.
- Cuando se duche, es recomendable envolver la pierna operada en un plástico para impermeabilizarla. Otra alternativa es darse una tina con la extremidad afuera de ésta.
- Usted puede apoyar el tobillo operado según tolerancia. Esto significa que puede poner la cantidad de peso sobre su pie que no le produzca molestia. Es posible que su médico le indique que deba utilizar bastones.
- Mantenga la extremidad operada en elevación lo más que pueda para disminuir la inflamación. Cuando esté en cama, una buena idea de cuanta elevación se requiere es tener el dedo gordo del pie a la altura de la nariz cuando se está acostado. Cuando esté sentado, puede apoyar la extremidad en una silla.
- SI es necesario, tome la siguiente medicación o la indicada en el momento de su alta:
 - Aspirina 100 mg, 1 tableta al día por 30 días
 - Paracetamol 1g, 1 tableta cada 8 horas por 7 días
 - Etoricoxib 120 mg, 1 tableta al día por 7 días
 - Omeprazol 20 mg, 1 tableta al día por 7 días
- Su control postoperatorio será aproximadamente una semana después de su cirugía. Recuerde siempre llevar sus exámenes, en particular si no han sido realizados en Clínica Universidad de los Andes (radiografías, tomografías, ecografías y resonancias)

CUÁNDO CONTACTAR A SU MÉDICO

Es importante llamar a su médico si usted presenta alguno de los siguientes síntomas:

- Enrojecimiento, inflamación, aumento de temperatura local, sensibilidad sobre su incisión
- Temperatura axilar sobre 38°C por más de un día
- Aumento significativo del dolor en la extremidad
- Es normal un pequeño sangramiento en los vendajes. Si persiste o aumenta, contacte a su médico.

Dr. Giovanni Carcuro

Dr. Cristián Ortiz

Dr. Manuel Pellegrini

Dr. Marcelo Somarriva

Somos personas al cuidado de tu salud