



Mammoth Orthopedic
Institute

Brian B Gilmer, MD

Team Physician, US Ski and Snowboard Team

Karly M Dawson, PA-C

Teaching Associate

Instituto Ortopédico de Mammoth ▪ 85 Sierra Park Road ▪ Mammoth Lakes, CA 93546 ▪ 760.924.4084

INSTRUCCIONES POSTOPERATORIAS PARA LA FRACTURA DISTAL DEL RADIO

ACTIVIDAD

- **NO PUEDE apoyar peso al brazo operado** (NO SE PUEDE apoyar en el brazo, empujar superficies, cargar objetos) HASTA que se lo permita el Dr. Gilmer.
- DEBE mover (enderezar y doblar) sus dedos por lo menos 10 veces al día dentro de su comodidad para disminuir la hinchazón y prevenir rigidez.
- PUEDE mover el hombro (levantarlo por encima de la cabeza) y el codo (doblar y enderezar) dentro de su comodidad para disminuir la hinchazón y prevenir la rigidez.
- Posiblemente pueda escribir a máquina o escribir después de la cirugía. Pero debido a la hinchazón o a la rigidez pueda ser difícil hacer estas cosas durante 3 a 4 semanas después de la cirugía.

CONTROL PARA EL DOLOR Y LA INFLAMACIÓN

- **Elevación**- Puede notar hinchazón en sus dedos si su brazo lo tiene colgando a su lado por largos periodos de tiempo, por lo tanto **mantenga su brazo elevado por encima de su corazón** lo más posible por los primeros 2 a 3 días.
- **Hielo**- Puede usar una bolsa de hielo hasta por 20 minutos a la vez sobre el vendaje quirúrgico para ayudar a reducir la hinchazón en su mano. Coloque una tela fina entre el paquete de hielo y su piel o use un vendaje para proteger su piel.

•Medicamento

- Percocet es un medicamento de corta duración, puede tomar de 1-2 tabletas cada 4-6 horas.
- Efectos secundarios comunes del medicamento para el dolor son náuseas, somnolencia y estreñimiento. Por favor comuníquese a la clínica si está teniendo problemas con cualquiera de estos síntomas. Tome los ablandadores de heces según las instrucciones a venta libre.
- No conduzca un automóvil ni utilice maquinaria mientras esté tomando analgésicos narcóticos
- Los medicamentos antiinflamatorios (Aleve, Ibuprofen, Naproxen, etc.) **no deben** tomarse por 6 semanas después de la cirugía
- Si usted cree necesitar un relleno en su medicamento, **debe pedirlo durante las horas regulares de oficina de lunes a viernes.**
- El medicamento Zofran es para las náuseas. Lo puede tomar cada 6 horas. Si tiene muchas náuseas puede moler la tableta y ponérsela debajo de la lengua.

EMERGENCIAS

- Por favor que alguien se quede con usted para cuidarlo(a) por lo menos 24-48 horas después de la cirugía.
- Una pequeña cantidad de drenaje de color rojo en sus vendajes puede ser normal. Si el drenaje empapa sus vendajes continúa expandiéndose, huele mal, o sus incisiones son muy rojas, por favor comuníquese a la clínica.
- Si desarrolla fiebre ($> 101.5^{\circ}$) o escalofríos, comuníquese a la clínica
- Si experimenta dolor en la pierna o en la pantorrilla, hinchazón en la pierna, dolor en el pecho o dificultad para respirar, por favor comuníquese a la clínica, o si es después de las horas de oficina vaya a la Sala de Emergencias.

CUIDADO DE SEGUIMIENTO

- Si todavía no ha hecho su cita de seguimiento, por favor comuníquese a la clínica para hacer su cita para que le quiten la tablilla/férula dentro de 10-14 días después de su cirugía.
- En la mayoría de los casos se le cambiara a una tablilla/férula removible durante su cita y comenzara con fisioterapia.
- **NO HAGA** levantamiento de pesas o ejercicios fortificantes tonificantes sin antes hablar con su cirujano o terapeuta ocupacional.

POR FAVOR COMUNÍQUESE A LA CLÍNICA SI TIENE ALGUNA PREGUNTA O PREOCUPACIÓN