



Pre-Operatorio

- 1. AYUNO:** 8 hs - no tomar líquidos ni sólidos
- 2. NO SUSPENDER:** Medicación cardiológica o para la presión. Tomarla en ayunas con poco agua clara (no jugos, solo 2 cucharadas de agua)
- 3. HIGIENE :** Bañarse la noche anterior con jabón desinfectante (Ej. pervinox) - no maquillaje, no aros, no piercing, ni uñas pintadas.
- 4. ANTITETÁNICA :** Aplicar vacuna 10 días antes o suero y vacuna el día de la operación. (Si es que no se aplicó en los últimos 10 años)
- 5. MARCAR CON UNA CRUZ EL MIEMBRO A OPERAR** (esto hace que todo el personal quirúrgico sepa cómo colocar los equipos en el momento previo de la cirugía)
- 6. PRESENTARSE 2 HS ANTES CON:**
 - Análisis de laboratorio
 - Electrocardiograma
 - Radiografías, Resonancia y/o Otros estudios que tenga
 - Orden de cirugía autorizada por la O. Social
 - Carnet de O. Social
 - Documento
 - Cabestrillo o inmovilizador de rodilla o sandalia para Hallux
- 7. Avisar en caso de Alergias medicamentosas.**
- 8. Firmar el consentimiento médico** (ingresar al quirófano).

Post Operatorio RODILLA

- 1. REPOSO**
 - permanecer en domicilio hasta prox control
 - pierna en alto, el tobillo y la rodilla por encima de la altura del corazón
 - caminar lo mínimo necesario
- 2. EJERCICIOS (3 veces por día 10")**
 - contrae y relajar el cuadriceps estirando la rodilla lo máximo posible
 - Levantar y bajar la pierna estirada
 - presionar rodilla hacia abajo con pierna estirada
 - aplicar hielo durante 10" luego de los ejercicios
 - ver videos (fase 1) del día 7 al 20, (fase 2) del día 20 al 30.
- 3. HIGIENE**
 - no mojar el vendaje
 - cubrir con nylon para bañarse o papel Im.
- 4. MEDICACIÓN** - Diclofenac 75 mg + cefalexina 1 g ambos cada 12 hs durante 3 dias. - mayor dolor Tramadol 10 gotas (hasta 3 veces al dia)
- 5. COMUNICARSE:** Si tiene fiebre o dolor que no mejore con los calmantes