



# Brian Waterman, MD

SPORTS MEDICINE & ORTHOPEDICS

## Reparación de UCL / Instrucciones postoperatorias de corsé interno

### 1. DIETA

- Comience con líquidos claros y comidas ligeras (gelatina, sopas, etc.) • Progrese a su dieta normal si no tiene náuseas.

### 2. CUIDADO DE HERIDAS

- Mantenga su vendaje quirúrgico, afloje el vendaje si hay hinchazón de la mano.  
se produce la mano.
- Es normal que el codo sangre e hinche después de la cirugía. Si la sangre empapa el vendaje, no se alarme, refuércelo con vendaje adicional. • Para evitar infecciones, mantenga las incisiones quirúrgicas limpias y secas; puede ducharse colocando una cubierta de plástico sobre el sitio quirúrgico a partir del día posterior a la cirugía. NO inmersión del brazo. • El codo se inmovilizará con una férula/cabestrillo después de la cirugía, no se quitará hasta la cita posoperatoria ~ 14 días después de la cirugía. • Puede comenzar a ducharse y mojar el sitio de la herida después de la

primera cita postoperatoria.

### 3. MEDICAMENTOS

- Se inyectan anestésicos locales en la herida en el momento de la cirugía.  
Esto desaparecerá dentro de 8 a 12 horas y no es raro que los pacientes experimenten más dolor el primer o segundo día después de la cirugía cuando la hinchazón alcanza su punto máximo. • La mayoría de los pacientes requerirán analgésicos narcóticos durante un período corto de tiempo; se pueden tomar según las instrucciones del frasco. • No tome acetaminofén (Tylenol) adicional mientras toma Narcotic  
analgésico.
- Los efectos secundarios comunes de los analgésicos son náuseas, somnolencia, y estreñimiento Para disminuir los efectos secundarios, tome el medicamento con alimentos. Si se produce estreñimiento, considere tomar un laxante de venta libre.
- Si tiene problemas de náuseas y vómitos, comuníquese con la oficina para posiblemente cambiar sus medicamentos.
- No conduzca un automóvil ni opere maquinaria mientras toma el narcótico medicamento
- Si tiene un dolor que no se controla con el analgésico. prescrito, puede tomar un medicamento antiinflamatorio de venta libre, como ibuprofeno o naproxeno, entre dosis de analgésicos. Esto ayudará a disminuir el dolor y disminuir la cantidad de medicamento narcótico requerido. Tómelo como se indica en la botella.
- Durante 2 semanas después de la cirugía, tome una aspirina de 81 mg dos veces al día para reducir el riesgo de desarrollar un coágulo de sangre después de la cirugía. Por favor contactar



# Brian Waterman, MD

SPORTS MEDICINE & ORTHOPEDICS

acudir al consultorio en caso de que se produzca un dolor intenso en la parte distal del brazo o una inflamación significativa de la parte distal del brazo o de la mano.

## 4. ACTIVIDAD • AI

dormir o descansar, las posiciones inclinadas (es decir, una silla reclinable) y una almohada debajo del antebrazo para apoyo pueden proporcionar una mayor comodidad. • No participe en actividades que aumenten el dolor o la hinchazón. A menos que

Si se indica lo contrario, el brazo debe permanecer en el cabestrillo en todo momento. • Evite pasar mucho tiempo sentado o viajar largas distancias durante 2 semanas. • NO conducir hasta que el médico le indique lo contrario. • Puede regresar SOLAMENTE al trabajo sedentario oa la escuela 3-4 días después de la cirugía, si el dolor es tolerable.

## 5. INMOVILIZADOR (si está prescrito)

• Se le colocará una férula de molde posterior donde no podrá enderezar el codo durante 1 a 2 semanas después de la cirugía. • Debe usar un cabestrillo en todo momento mientras la férula esté colocada.

## 6. TERAPIA DE HIELO

- La formación de hielo es muy importante en el período postoperatorio inicial y debe comenzar inmediatamente después de la cirugía.
- Use la máquina para hacer hielo continuamente o bolsas de hielo (si la máquina no prescrito) cada 2 horas durante 20 minutos todos los días hasta su primera visita posoperatoria; recuerde mantener la extremidad elevada al nivel del pecho mientras aplica hielo.
- Las máquinas de hielo no están cubiertas por el seguro, pero se pueden comprar en la clínica del Dr. Waterman oa través de un minorista en línea de su elección.

## 7. EJERCICIO •

Comience la flexión y extensión de los dedos el primer día postoperatorio para ayudar a disminuir la hinchazón.

- La fisioterapia formal (PT) y la terapia ocupacional (OT) generalmente comienzan después de su primera cita posoperatoria.

## 8. EMERGENCIAS •

Comuníquese con la oficina del Dr. Waterman para informar cualquiera de los siguientes:

- o Hinchazón dolorosa o entumecimiento (tenga en cuenta que algo de hinchazón y el entumecimiento es normal)
- o Dolor incesante o Fiebre (más de 101°; es normal tener fiebre baja durante el primer o segundo día después de la cirugía)
- o escalofríos o Enrojecimiento alrededor de las incisiones o Cambio de color en la parte distal del brazo y/o la mano o Continuo drenaje o sangrado de la incisión (se espera una pequeña cantidad de drenaje)



**Brian Waterman, MD**

SPORTS MEDICINE & ORTHOPEDICS

o Dificultad para respirar o  
Náuseas/vómitos excesivos o Dolor  
en la pantorrilla • \*\*Si tiene una

emergencia después del horario de oficina o durante el fin de semana, comuníquese con el mismo número de oficina (336-716-8091) y lo conectarán a nuestro servicio de página: ellos se comunicará con el Dr. Waterman o uno de sus compañeros si no está disponible. • NO llame al hospital o centro quirúrgico. • \*\*Si tiene una emergencia que requiere atención inmediata, diríjase a la sala de emergencias más cercana.

#### 9. ATENCIÓN DE SEGUIMIENTO/PREGUNTAS

- Un miembro del equipo del Dr. Waterman lo llamará entre 24 y 48 horas después cirugía para resolver cualquier duda o inquietud. Si no lo han contactado dentro de las 48 horas posteriores a la cirugía, llame a la oficina al 336-716-8091.
- Por lo general, la primera cita posoperatoria después de la cirugía es de 10 a 14 días siguientes a la cirugía.
- Si aún no tiene una cita posoperatoria programada, comuníquese con la oficina durante el horario normal de oficina (336-716-8091) y solicite la programación de una cita.
- La primera cita postoperatoria será con uno de los Asistentes Médicos. Evaluarán la herida, revisarán el protocolo posoperatorio y responderán cualquier pregunta que pueda tener sobre el procedimiento.