

Orientações Fisioterapêuticas

Pós-operatório de Fratura de Fêmur Proximal

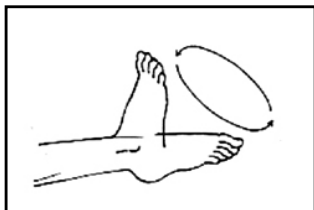


FISIOTERAPIA HOSPITALAR

MÃE DE DEUS

Paciente:

Alguns cuidados são importantes e auxiliarão na sua recuperação:

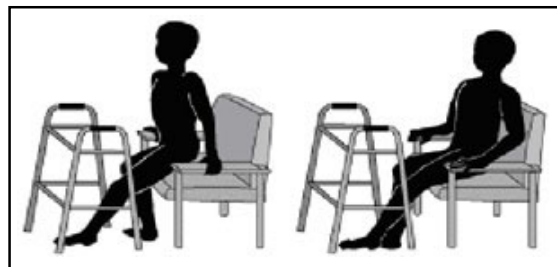


Cuidados Especiais

- Nos primeiros dias de pós-operatório, será feita a saída do leito para a cadeira. Durante essa transferência, procure auxiliar com os membros superiores e mantenha os membros inferiores ligeiramente afastados.
- Nos dois primeiros dias de pós-operatório, é aconselhável posicionar os membros inferiores em elevação a fim de auxiliar na circulação sanguínea. Pela mesma razão, procure movimentar os tornozelos com frequência.
- Evite permanecer deitado ou sentado por períodos prolongados. Na postura sentada, intercale períodos com joelho flexionado (com pés apoiados no solo) e com o joelho estendido.
- Mantenha bolsas de gelo sobre a incisão nas primeiras 72 horas de pós-operatório. Este deverá ser de 20 minutos, repetindo várias vezes ao dia.
- Inicie as movimentações do quadril e joelho somente quando liberadas pelo seu médico ou fisioterapeuta.
- Procure não sentar em lugares baixos, cruzar as pernas, agachar-se ou flexionar excessivamente o tronco e o quadril.
- No primeiro mês durma na posição dorsal (de barriga para cima), não deitando sobre o lado operado.
- Solicite orientação de seu médico quanto ao retorno à atividade sexual.

Marcha

- Na primeira semana de pós-operatório você iniciará o treino de marcha com o auxílio da fisioterapia e utilização de muletas ou andador.
- Inicialmente, você não poderá apoiar a perna operada durante a marcha. A descarga de peso será liberada posteriormente pelo seu médico.
- Para levantar-se da cadeira ou sentar-se, apoie nos braços da cadeira. Utilize o membro não operado para apoio.



Em caso de dúvidas entre em contato conosco.

Fisioterapeuta assistente: _____ Fone: _____