

## Dr. Ricardo Monge Especialista

### Preoperatorio

Durante este proceso como tu médico traumatólogo ortopedista es mi responsabilidad presentarte una estructura y plan para que tu como paciente puedas conocer las expectativas y pasos que se realizarán durante tu intervención. Durante este proceso es importante prepararse mental y físicamente para tener mejores resultados. Comprender el proceso y tu papel en él nos ayudara a crear sinergia en el proceso de recuperación.

### Trabajo en conjunto

Previo a tu cirugía, se te harán una serie de estudios para asegurarnos que tu estado de salud se encuentre en las mejores condiciones que permitan un proceso satisfactorio. Pruebas de rutina como exámenes de sangre, radiografías son solicitadas semanas y días previos a un procedimiento quirúrgico.

### Puntos claves

- Consulta a tu médico si es que estas tomando algún medicamento, para ver cuáles debe dejar de tomar antes de la cirugía.
- Consulta a tu médico sobre las opciones para prepararse para una posible donación de sangre ya sea de un familiar o tu propia sangre.





- Si tienes sobrepeso, adelgazar antes de la operación ayudará a reducir la tensión a la que se somete tu nueva articulación. Sin embargo, no debe hacer dieta durante el mes anterior a la intervención.
- Si estás tomando aspirina o antiinflamatorios o cualquier fármaco que aumente el riesgo de hemorragia, se deberá dejar de tomarlos una semana antes de la intervención para minimizar las hemorragias.
- Si fumas, debe dejar de hacerlo para reducir los riesgos en operación y mejorar la recuperación.
- Trata cualquier problema dental, de encías, vejiga o intestino antes de la operación para reducir el riesgo de infección posterior. En caso de una infección es importante tratarla ya que no se puede realizar la cirugía hasta que este completamente recuperado de esa afección.
- Sigue un régimen alimenticio, complementado con un suplemento multivitamínico diario con hierro.
- Es importante contar con alguien que te apoye con las tareas cotidianas, como cocinar, hacer la compra y lavar la ropa.
- Adecua tus espacios y ten a la mano los objetos que utilizas a menudo



## El regreso a casa después de tu cirugía

- Asegúrate de tener a alguien que te apoye con tu traslado.
- No consumas ninguna bebida o alimentos en tu regreso a casa, la combinación de anestesia con la comida y el movimiento del auto puede generar náuseas o vómito.
- Si tu cirugía fue en una extremidad como codo, mano, rodilla o pierna, mantén tu extremidad elevada y una compresa.
- Toma tu medicamento según las recomendaciones. Procura tomar tu medicamento en cuanto sientas alguna molestia y no esperar a que sea difícil controlar el dolor.

