**Tema:** Orientações gerais para cirurgia.

**Fonte:** Dr. Fábio Fernandes

**Palavras-chaves: *cirurgia ortopédica, hospital ortopedico, cirurgião ortopédico.***

**Título: Orientações gerais para uma *cirurgia ortopédica* que todo paciente precisa saber!**

Muitas são as dúvidas que um paciente pode ter sobre as orientações gerais ao se submeter a uma ***cirurgia ortopédica***. Por isso, este é um passo-a-passo básico, o qual seguimos aqui em nossa clínica, para ajudar você que está se preparando para se internar em um ***hospital de ortopedia*** para tal procedimento.

Para começar, saiba que essas orientações variam de acordo com o tipo de ***cirurgia*** que irá realizar, portanto, converse com o seu ***cirurgião ortopédico*** e procure saber se este roteiro se adequa ao seu caso e se pode ser seguido na íntegra. Mas, algumas dicas e recomendações são padrão e podem ser generalizadas. Confira o que indicamos aos nossos pacientes:

1. **CHECKLIST - O que levar para o hospital de ortopedia?**

Procure levar uma mala pequena, contendo:

* O cartão do seu convênio;
* Todos os exames de sangue, do coração, radiografias, tomografia e ressonância magnética;
* Lista de todos os remédios que você toma em casa, incluindo o nome, dose e quantas vezes ao dia;
* Lista de remédios ou substâncias que tem ou já teve alergia;
* A carta da consulta com o cardiologista (com a liberação para realizar a cirurgia);
* Utensílios de higiene pessoal;
* Óculos ou lentes de contato (para quem usa);
* Você pode levar seu próprio roupão ou pijama, se não quiser usar o do ***hospital***;
* Opte por roupas leves, que usaria se estivesse em casa;
* Escolha sapatos ou tênis confortáveis, como usaria em casa;
* Deixe joias e objetos de valores em casa.

1. **RECOMENDAÇÕES pré-*cirurgia*:**

* Se você fuma, procure parar de fumar uma semana antes da ***cirurgia***, pois dificulta significativamente a cicatrização e pode aumentar a chance de infecção. E lembre-se que não é permitido fumar no hospital!
* Procure tomar um banho no dia da ***cirurgia***, lavando por, no mínimo, cinco minutos a área em que será realizada a intervenção cirúrgica.
* Não utilize cremes, sprays, gels, perfumes ou pós-depilatórios próximo ao local da ***cirurgia***.
* JEJUM: Normalmente as ***cirurgias ortopédicas*** *feitas* por nossa equipe são realizadas às 15h, sendo necessário um período de jejum de oito horas de duração. Dessa forma, orientamos nosso paciente a tomar o café da manhã por volta das 7h e, após esta refeição, entrar no período de jejum (não beber e não comer).

1. **Internação Hospitalar:**

ANTES DA ***CIRURGIA***

* Se você é nosso paciente, pedimos que chegue ao ***hospital de ortopedia*** com antecedência, por volta das 12h. Compareça ao consultório para que as secretárias chequem toda a documentação e conduzam o processo de internação hospitalar.

• Será dado a você uma roupa própria para uso no ***hospital*** e entrada no centro cirúrgico.

• O médico anestesista irá conversar com você e checar seus exames antes da anestesia.

DURANTE A ***CIRURGIA***

• A anestesia realizada poderá ser geral, local, raqui, peridural ou apenas sedação, dependendo do tipo de ***cirurgia ortopédica*** a ser realizada.

• As ***cirurgias ortopédicas*** duram geralmente de uma a duas horas, dependendo do tipo de procedimento a ser realizado.

APÓS A ***CIRURGIA***

• Após o término da ***cirurgia***, você será levado a uma ala chamada “Recuperação anestésica” (RPA). Esta ala fica em um setor dentro do Centro Cirúrgico. Você permanecerá lá por aproximadamente de uma a duas horas. O médico anestesista e sua equipe assistirá você até que você acorde totalmente e possa retornar ao quarto ou ser liberado para casa.

• Você poderá sentir a boca um pouco seca ou algum desconforto; não hesite em chamar a enfermeira ou o médico ***cirurgião ortopedista*** a qualquer momento!

• Fique tranquilo, pois estará sendo constantemente monitorado com aparelhos de pressão arterial, monitor do coração.

NO QUARTO, APÓS A ***CIRURGIA***

• Quando estiver na cama, você poderá deitar de lado ou de barriga para cima. Evite dormir de bruços. Não deite sobre o lado do membro operado.

• Aguarde a orientação da enfermagem para levantar e sair da cama; você pode levantar a cabeceira da cama enquanto isso.

• Se o curativo estiver seco, ele será trocado apenas no dia seguinte da **cirurgia**. Avise a enfermeira sempre que o curativo estiver molhado.

• Nos casos das prótese de membros inferiores, é necessário usar uma meia elástica nos primeiros dias após a ***cirurgia*** para prevenir trombose nas veias das pernas. Este é um procedimento normal e de rotina em praticamente todos os *hospitais*.

• A equipe de fisioterapia irá realizar alguns exercícios com você a partir do dia seguinte à ***cirurgia***, no período da manhã e da tarde (2x ao dia).

• Procure não manter muitos acompanhantes juntos no seu quarto, pois isso pode aumentar o risco de infecção.

1. **Alta Hospitalar:**

• É importante você se programar para a primeira semana em casa após a ***cirurgia ortopédica***.

• Normalmente você irá para casa no dia seguinte ou em cerca de um a dois dias após a ***cirurgia***, dependendo do tipo de procedimento realizado.

Normalmente são prescritas três classes de medicamentos:

antibiótico (prevenção de infecção), anti-inflamatório e analgésicos (para controle da dor).

No caso das artroplastias (próteses) de membros inferiores, utilizamos uma quarta classe que são os anti-coagulantes (prevenção de trombose).

• Você não precisará de ajuda o tempo todo, mas é interessante a presença de algum familiar ou amigo na primeira semana, caso necessite de algum cuidado adicional com a ***cirurgia***.

• Durante o banho, procure proteger o curativo com plástico de comida (filme de PVC) tipo “magipack” ou “rolofácil" para evitar molhar o curativo. Caso o curativo molhe, este deve ser trocado ou secado com secador de cabelo em temperatura fria.

• PARA O CURATIVO você necessitará passar em uma farmácia e comprar:

- Gaze estéril;

- Soro fisiológico 0,9%;

- Micropore hipoalergênico.

• Os pontos normalmente são retirados duas semanas após a data da ***cirurgia*** (no primeiro retorno).

• Normalmente, durante a cicatrização pode ocorrer a formação de líquido embaixo da cicatriz. Comunique ao médico ***cirurgião ortopédico*** imediatamente caso isto aconteça!

No mais, esteja confiante e seguro de que está em mãos de quem realmente se preocupa com você e se compromete com eficiência, dedicação e qualificação para uma ***cirurgia ortopédica*** bem realizada e com a maior probabilidade possível de ser bem sucedida. Um acolhimento humanizado e capacitado proporciona a tranquilidade e bem estar necessário para qualquer tipo de procedimento. E, se houver dúvidas, converse com seu ***cirurgião ortopedista*** e esclareça o que for preciso. Por aqui... você sabe que estamos à sua disposição!