

Douglas J. Abeles, MD  
21090 Redwood Road  
Castro Valley, CA 94546  
510-538-0430

## **Cirugía del Hombro Instrucciones para el Paciente Post Cirugía**

Después de cirugía, es importante que siga con cuidado las instrucciones para prevenir las posibles complicaciones y asegurar los resultados quirúrgicos. Las instrucciones siguientes le serán útiles a usted.

1. Lleve su honda de brazo cuando camine.
2. No remueva las vendas, ni permita que sean mojadas.
3. Aplique la terapia de hielo durante una hora, 4 a 5 veces al día, los primeros tres días.
4. Si usted tiene un aparato para controlar el dolor trate de protegerlo de no salirse. El doctor lo removerá en su primera cita después de su cirugía.
5. Realice los ejercicios de brazo: 10 repeticiones cada hora mientras este despierto.
  - a. “El columpio del brazo” – Péndulo, movimiento de brazo
  - b. “Caminada de pared” – Caminar su brazo hacia arriba de la pared
6. Siga una dieta equilibrada.
7. Tome todo medicamento como dirigido. No mezcle con alcohol ni maneje después de tomar la medicina de dolor.
8. Llame la oficina inmediatamente si usted experimenta cualquiera de lo siguiente:
  - a. Dolor intolerable. No aliviado por la terapia o medicina
  - b. Dolor que progresa y empeora en las primeras 24 horas
  - c. Sangra miento irrefrenable
  - d. La fiebre más de 100 grados, los fríos o rayos rojos en la mano o brazo
  - e. Vendas mojados

Su cita de regreso es para: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Patient Signature

\_\_\_\_\_  
Date

\_\_\_\_\_  
Witness

\_\_\_\_\_  
Date