



CUIDADO EN CASA PARA PACIENTES CON REEMPLAZO TOTAL DE CADERA =

HOME CARE FOR PATIENTS HAVING TOTAL HIP REPLACEMENT

PROPÓSITO DE LA CIRUGÍA:

Colocar un reemplazo de la cadera (una articulación artificial) para mejorar su capacidad de caminar y eliminar dolor en la cadera.

Los siguientes son aspectos importantes a recordar para que su progreso en casa sea más rápido:

1. Siga una dieta bien balanceada con alimentos que sean altos en vitamina C y proteínas.
2. No gane peso. Esto pone tensión adicional a su articulación de la cadera.
3. Diariamente beba agua adicional al ingreso normal de fluidos de las comidas.
4. Cumpla todas las citas de la clínica con su doctor. Si usted no puede cumplir una cita, llame la oficina del doctor y cambie la hora de la cita.
5. Evite beber cualquier bebida alcohólica.

Durante los próximos tres (3) a cuatro (4) meses, es importante que usted siga éstas indicaciones de "HACER" y "NO HACER":

HACER

1. Siéntese en sillas que tengan "brazos". Estos brazos le ayudarán a levantarse. Cuando este listo para levantarse de la silla, córrase al borde de la silla, coloque la pierna afectada delante de la pierna no afectada. Levántese, empujando hacia arriba con sus brazos.

2. Siéntese con los pies separados por lo menos seis (6) pulgadas.
3. Cuando este sentado, mantenga su pierna afectada "mirando al frente" (es decir que la debe mantener derecha).
4. Haga los ejercicios que su terapeuta física le ha indicado. Asegúrese de cumplir con todas las citas de terapia física. Si usted experimenta dolor agudo y/o severo en la cadera, pare de hacer ejercicio.
5. Si al caminar sus piernas se inflaman, acuéstese y eleve sus piernas (sobre una almohada).
6. Use las barandas de las escaleras. No suba escaleras hasta que su doctor le dé permiso.
7. Use zapatos planos (de tacón bajo).
8. Coloque una almohada entre sus piernas cuando duerma de lado, sobre el lado no operado.
9. Use medias de soporte. Quíteselas al menos dos veces al día por treinta (30) minutos. Debe estar seguro de usar las medias cuando este de pie.
10. Si usted está viajando en automóvil, salga y camine un poco por algunos minutos cada hora. Esto aumenta el flujo de sangre a las piernas.

NO HACER

1. No permanezca sentado, de pie o acostado con las piernas cruzadas.
2. No camine en pisos mojados o encerados.
3. No se incline hacia delante o de lado para recoger objetos o ponerse los zapatos y/o calcetines. Utilice los "*long handled shoe horns*" o "*reaches*" para alcanzar los objetos.
4. No se siente en sillas o sofás bajos.
5. No tome baños de tina.
6. No frote la herida quirúrgica; Cuando tome una ducha, deje que el agua tibia caiga sobre la incisión; no utilice jabón en el área. Seque con suaves palmaditas.
7. No levante objetos pesados, no levante objetos que pesen más de cinco (5) libras.
8. No maneje automóvil hasta que el doctor le diga que lo puede hacer.
9. No tenga relaciones sexuales hasta que el doctor le diga que lo puede hacer.
10. No practique ningún tipo de deporte.
11. Antes de cualquier extracción o cirugía de los dientes, debe decirle al dentista o cirujano que usted tuvo un reemplazo de cadera. El

doctor y/o el dentista le darán antibióticos antes y después del procedimiento.

A la mayoría de los pacientes les va bien después de esta cirugía. Si usted tiene cualquiera de los siguientes síntomas, por favor llame a su doctor:

- Dolor, inflamación o enrojecimiento en la pantorrilla de cualquier pierna.
- Enrojecimiento, calor o drenaje de la herida quirúrgica.
- Fiebre o escalofrío.
- Dolor severo de la cadera que no se mejora con la medicación para el dolor.
- Dolor agudo y repentino de la cadera que se acompaña de un sonido "*popping*" en la articulación de la cadera.
- Acortamiento de la pierna y desviación del pie hacia fuera del mismo lado de la cirugía.
- Tos productiva, salida de flema amarilla o verde.
- Dificultad para respirar.
- Dolor o ardor al orinar, dolor de espalda.

Si necesita ponerse en contacto con su doctor del UMC, usted puede llamar al Pabellón Médico 984-6525 o al Hospital Universitario 984-1001 y pedirle a la operadora que llame ("*page*") al residente de ortopedia de turno.

Ortopedia / 2 West, Centro Médico de la Universidad de Mississippi
2500 North State St. Jackson, MS 39216-4505
c.2005

La Universidad de Mississippi ofrece igualdad de oportunidades en educación y empleo, M/F/D/V.