

## CAMINO HACIA LA RECUPERACIÓN: PARA PERSONAS OPERADAS DE PRÓTESIS DE RODILLA

Después de someterse a una cirugía de **Prótesis total de Rodilla**, es esencial que conozcas: los cambios, cuidados en casa y posibles complicaciones que pueden surgir.

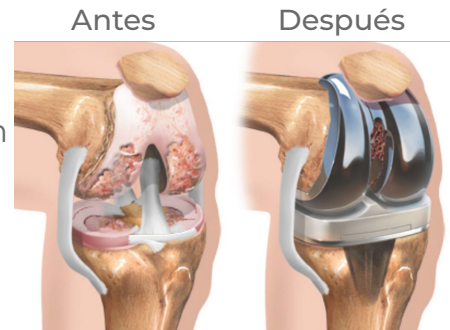


Imagen referencial extraída de A.D.A.M

### 1 CAMBIOS POST CIRUGÍA

Durante los próximos días experimentarás cambios que son habituales en el proceso de recuperación, los cuales son:



Aumento de volumen de la rodilla



Calor local en toda la rodilla o parte de esta



Falta de sensibilidad o hormigueo en la parte delantera de la rodilla



Dolor en la zona posterior de la rodilla



Hematoma o moretón que llegará progresivamente hasta el tobillo

### 2 COMPLICACIONES

Después de la cirugía, pueden surgir complicaciones. Si experimentas algunas de estas complicaciones, comunícate de inmediato con tu médico tratante por teléfono, quien te dará instrucciones.

Fiebre,  
más de  
38 °C

En caso de  
abundante  
sangre en  
el parche

Presencia de  
vómitos con  
sangre

Presencia de  
deposiciones  
oscuras, de  
color negro y  
de mal olor

## 3 RECOMENDACIONES

### Baño

- ✓ Puedes **bañarte sin problemas**, ya que tienes un parche especial para esto.
- ✓ Debes **secarte con cuidado** para no despegar el parche.



### Curación

- ✓ Será realizada al momento del **control médico** por tu médico.
- ✓ Si el parche se empapa de sangre, debes **llamar a tu médico** y enviarle una fotografía.

### Frío local

- ✓ Debes **usarlo durante 15 minutos cada 2 horas**.
- ✓ Lo puedes suspender en **la noche**.
- ✓ Puedes usarlo hasta 3 meses **post cirugía**.



### Rehabilitación

- ✓ Debes realizar las 3 primeras sesiones con **kinesiólogo** en casa.
- ✓ Después debes asistir a un **centro kinésico**.
- ✓ La duración de las terapias será de **2 a 3 meses**.

### Medias antiembólicas

- ✓ Tendrás que **usarlas en ambas piernas** por 15 días posterior al alta.
- ✓ Puedes **retirarlas** en la noche.



### Medicamentos

- ✓ El médico te dejará los **medicamentos** correspondientes.
- ✓ Al alta el equipo de enfermería te dará los **horarios** de estos.

### Caminar

- ✓ Podrás caminar pero con la ayuda de **dos bastones**.
- ✓ Puedes cargar el peso en la pierna operada según **tolerancia**.



### Molestias Gástricas

- ✓ Si presentas estas molestias es por los **medicamentos** que tomas para el dolor.
- ✓ Puedes comer liviano y sin aliños. Pero **no tienes restricción** en tu dieta.



### Mantener la pierna en alto

- ✓ Debes mantener la **pierna en alto** y estirada cuando estés en reposo.
- ✓ La altura se puede realizar con almohadas, las que deben ir **bajo el tobillo**.
- ✓ La elevación es: **el tobillo sobre la rodilla** y esta sobre la **cadera**.