

Instrucciones de alta después de una cirugía de pie

Coordiné con una persona adulta para que lo lleve a casa después de la cirugía. Si le administraron anestesia general, puede llevarle 1 día o más recuperarse por completo. Estas son las recomendaciones durante, al menos, las próximas 24 horas:

- No use maquinarias ni herramientas eléctricas.
- No consuma alcohol.
- No tome ninguna decisión importante.

Alimentación

Estas son algunas sugerencias sobre su alimentación después de la cirugía:

- Comience con líquidos y alimentos livianos, como tostadas secas, bananas y puré de manzana. A medida que se sienta mejor, retome gradualmente su dieta normal.
- Beba al menos de 6 a 8 vasos al día de agua u otras bebidas sin alcohol.
- Para prevenir las náuseas, coma antes de tomar analgésicos narcóticos.

Medicamentos

Es importante seguir esas instrucciones:

- Tome todos los medicamentos según lo indicado.
- Tome el analgésico a horario. No espere a que el dolor sea fuerte para tomar sus medicamentos.
- No beba alcohol mientras esté tomando analgésicos.

Actividad

Estas instrucciones pueden ayudar con su recuperación:

- Siéntese o acuéstese cuando sea posible. Ponga una o dos almohadas debajo del talón para levantar el pie por encima del nivel del corazón.
- Envuelva una compresa de hielo o de chícharos congelados en una toalla fina. Póngasela sobre el pie vendado durante un máximo de 20 minutos. Hágalo 3 veces al día.
- Pregunte al cirujano cuándo puede volver a manejar.
- Use el calzado quirúrgico según lo indicado, si le dieron uno.
- Use muletas o un bastón tal como se lo indicaron.

- Siga las instrucciones de su cirujano con respecto al peso que puede cargar sobre ese pie.

Cuidado del vendaje y del yeso

Los siguientes son algunos consejos:

- Consulte con su proveedor cuándo puede ducharse.
- Cuando pueda ducharse, cubra el vendaje, la férula o el yeso con una bolsa de plástico para mantenerla seca.
- No se quite el vendaje hasta que el proveedor de atención médica le diga que puede hacerlo. Si el vendaje se moja o se ensucia, consulte al proveedor. Es probable que pueda reemplazarlo por un vendaje limpio y seco.

¿Qué sucederá?

Es normal que se presente lo siguiente:

- Moretones e hinchazón leve en el pie o los dedos del pie
- Una pequeña cantidad de sangre en el vendaje

Llame al proveedor de atención médica

Comuníquese con su cirujano de inmediato ante cualquiera de los siguientes síntomas:

- Sangrado continuo que empapa el vendaje
- Hinchazón excesiva o sangrado en aumento
- Calor o enrojecimiento alrededor del vendaje o en el lugar de la cirugía
- Fiebre de más de 100.4 °F (38 °C) o según le indique el cirujano
- Escalofríos
- Dolor que no se alivia con analgésicos
- Pie entumecido o frío al tacto
- Dolor en aumento en la pierna o el pie
- Hinchazón en la pantorrilla por encima del pie tratado
- Cualquier síntoma inusual que le preocupe

Cuándo llamar al 911

Llame al 911 si tiene lo siguiente:

- Dolor de pecho
- Falta de aire