

# Preparándote para tu Cirugía de Reemplazo de Articulación

Antes de tu cirugía de reemplazo de articulación tal vez te hagan varias pruebas médicas. Estas incluyen un examen físico, pruebas de laboratorio y de sangre, y ejercicios respiratorios para evaluar tu salud en general.

Tu profesional médico puede recomendar que asistas a una clase preoperatoria. Este es excelente lugar para aprender exactamente lo que va a suceder durante tu cirugía y recuperación después.

También puede ser útil si tienes un "entrenador", como un miembro de tu familia o amigo que te apoye y aprenda sobre lo que vas a pasar.

*"Fue bastante informativo y calmó mucho mis nervios"*

*"Fue muy útil escuchar a otras personas haciendo preguntas en la clase"*

Además de aprender sobre la cirugía en una clase preoperatoria, aprenderás ejercicios respiratorios específicos para reducir tu riesgo de complicaciones e infecciones.

Por ejemplo, el incentivo espirómetro y tos controlada son ejercicios pulmonares que ayudan a que respires con más facilidad por medio de respiraciones más profundas.

Vas a aprender cómo hacer ejercicios específicos de recuperación como flexión de rodillas y movimientos de tobillos, para mantenerte en movimiento y reducir tu riesgo de coágulos. Debes empezar a hacer estos ejercicios ahora, antes de tu cirugía, para aumentar la fortaleza de los músculos en tus piernas. Entre más fuerte estés ahora, más fácil será para ti volver a recuperar tu fuerza y equilibrio después de la cirugía.

Habla con tu profesional médico sobre los medicamentos que tomas, incluyendo vitaminas y suplementos. Tal vez debas dejar de tomar algunos medicamentos, como anticoagulantes, varios días a dos semanas antes de tu cirugía.

Antes de la cirugía es también buena idea prepararte para el alta del hospital. Tal vez planees ir a casa después del hospital o que elijas ir a un centro de rehabilitación.

Habla con tu familia, profesional médico y seguro sobre la mejor opción para tu recuperación.

Si planeas ir a casa, prepara tu casa antes de ir al hospital. Si es posible, organiza un área para que no tengas que usar las escaleras.

Prepara una pequeña maleta para llevar al hospital. Incluye ropa holgada, pijama, una bata, cepillo y pasta de dientes, y cualquier otro artículo personal que pueda hacer que tu estancia sea más cómoda, como lentes para leer o dispositivos para oír. Deja tus objetos de valor en casa.

Sigue las instrucciones específicas de tu profesional médico sobre cómo prepararte para la cirugía, pero estas son algunas instrucciones generales: Antes de tu cirugía, tal vez necesites bañarte y lavar tu pelo con jabón antibacterial - especialmente el área de tu articulación.

No comas ni bebas nada, incluyendo mentas o chicle, cuando menos por 8 horas antes de la cirugía. Si tu boca está seca, enjuágate con poca agua y asegúrate de escupirla.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.

**healthclips®**

# Preparándote para tu Cirugía de Reemplazo de Articulación

Si te han dicho que puedes tomar medicina la mañana de tu cirugía, tómala con agua cuando menos dos horas antes de tu intervención.

Lleva tu tarjeta de seguro médico, identificación, y lista actualizada de medicamentos al hospital.

En el hospital, te vas a registrar y te llevarán a una habitación preoperatoria para prepararte para la cirugía. Pónte la bata de hospital que te den, y quítate cualquier artículo personal como lentes, lentes de contacto o dentaduras y dáselas a tu familia para que te los guarden.

Un miembro de tu equipo médico preparará tu área de la articulación para la cirugía. Habla si piensas que preparan el lado incorrecto o si tienes alguna pregunta o duda sobre tu operación.

Como con cualquier cirugía, existen riesgos. Asegúrate de que entiendes todo. Si tienes dudas, pregunta. Tu equipo médico quiere asegurarse que confías en su cuidado.

Te pedirán que firmes un permiso para la cirugía y te llevarán al quirófano.