

Reemplazo de Articulación: Control del Dolor

Para controlar tu dolor de la mejor manera después de la cirugía de reemplazo de articulación, tu profesional médico va a evaluar tu nivel de dolor y recetará medicina para ayudar a aliviarlo y que puedas lograr tus metas de recuperación. El primer día de tu recuperación, te darán medicina para el dolor por inyección, pastilla o en la vena.

Si continúas teniendo dolor, avísale a tu profesional médico. Tal vez necesiten ajustar la cantidad o tu medicamento. Conforme te recuperas, controlarán tu dolor con pastillas. Toma todas tus medicinas de la manera indicada. Si no lo haces, limitarás el movimiento que necesitas hacer para poder lograr tus metas de recuperación.

En el hospital vas a mejorar de manera continua y gradualmente tu dolor será más controlable. Cuando salgas del hospital vas a continuar tomando medicina para el dolor. Tómala de la manera recetada. Con el tiempo podrás reducir la cantidad de medicina para el dolor que tomas y empezar a tomar medicina para el dolor sin receta médica. Si tu profesional médico recomienda que tomes Tylenol, tómalo de la manera indicada. Si consideras que necesitas tomar más de lo indicado, avísale a tu profesional médico.

La terapia física, el ejercicio y el movimiento pueden causar dolor después de tu cirugía. Pero necesitas hacer ejercicio para volver a tener fuerza y alcanzar tus metas de recuperación. Toma tu medicina para el dolor una hora antes de tus terapias físicas o antes del ejercicio para poder reducir tu dolor. Además de medicina contra el dolor, hay otras maneras de controlar tu dolor en casa. Asegúrate de cambiar posiciones cada 45 minutos. Si no te mueves por mucho tiempo, tus músculos se ponen rígidos, lo que puede ser doloroso.

Usa bolsas de hielo o un paquete de vegetales congelados en el área de dolor. Esto reduce la inflamación y hace que te sientas mejor. No uses el hielo más de 20 minutos cada vez. El control del dolor es una parte importante de tu recuperación. Toma la medicina de la manera recetada. Si algo te preocupa sobre tus medicamentos o quisieras saber de otras maneras de controlar el dolor para poder lograr tus metas, consulta a tu profesional médico.