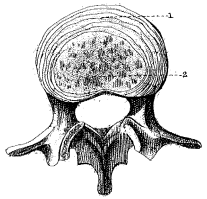

Discectomía y Fusión Cervical Anterior

Instrucciones Post-operatorias

Una cirugía exitosa depende no sólo del éxito de la cirugía, sino también de su cooperación y cumplimiento durante el periodo post-operatorio. Para ayudarlo en este proceso, a continuación le damos instrucciones y guías para su periodo de recuperación.

Herida

- Su incisión se evaluará en su visita postoperatoria. Las suturas típicamente son absorbibles.
- Cambie sus gasas diariamente luego de su alta del hospital. Se puede duchar, pero necesita cubrir las incisiones con una cubierta de plástico para mantenerlas secas.
  No nade ni se remoje en agua por 6 semanas.
- Las pequeñas cintas de papel sobre su incisión serán removidas en la oficina en su visita post-operatoria o se dejarán caer solas.
- No se ponga cremas o ungüentos en la herida por 3 semanas después de la cirugía.
- Si se le cosechó hueso para un injerto, puede haber hinchazón y adormecimiento en la zona. Esto es normal. Use compresas de hielo para disminuir la hinchazón. El adormecimiento disminuirá gradualmente a lo largo de varios meses. Puede haber una pequeña zona de adormecimiento residual.

Collarín/DME

- Se le va a poner en un collarín después de la cirugía. **Lo debe usar todo el tiempo** por 8 semanas (o más tiempo si la fusión no está curando apropiadamente).
- Se le dará un segundo collarín para que lo use en la ducha.
- Si tiene alto riesgo de pobre fusión ósea y/o tiene fusión en varios niveles, puede ser que se le de un estimulador de crecimiento del hueso. Ud necesita usarlo diariamente como indicado por 6 meses.

Alivio del Dolor

- Nuestra oficina le dará una prescripción para analgésicos para su dolor quirúrgico. Debe usarlos sólo como indicado y sólo si las necesita.
- A medida que su incisión cura, esperamos que deje poco a poco de usar los medicamentos. Esto debe empezar entre 4-5 semanas después de la cirugía.
- Si se le prescriben antibióticos después de su cirugía, por favor, termínelos en su totalidad.
- Evite tomar anti-inflamatorios por 3 meses después de la cirugía. Uso de estas medicinas puede demorar el proceso curativo o la fusión.
- **Recuerde, ABSOLUTAMENTE NINGUNA REPOSICIÓN DE MEDICINAS SE PROCESARAN DURANTE EL FIN DE SEMANA.** Por favor, planee de acuerdo a esto. Contacte su farmacia para procesar los pedidos de reposición.
- Si su cirugía requirió el uso de una placa cervical, debe notificar a su dentista antes de cualquier procedimiento o limpieza dental. Se recomienda pre-medicación con antibióticos antes de estos procedimientos por 2 años luego de su cirugía. Los antibióticos se los debe dar su dentista.

Ejercicio/Actividad

- Evite andar en carro por 2 semanas – a menos que sea médicamente necesario.
- El mejor ejercicio es caminar. Lo mejor es hacerlo frecuentemente en pequeños tramos. Trate de ponerse una meta de un total de una milla por día. Lo mejor es mantenerse móvil.
- Actividades repetitivas con sus brazos puede agravar los espasmos musculares en su cuello y espalda. Modifique su actividad con esto en mente.
- No levante nada sobre su cabeza las primeras 8 semanas después de la cirugía. Sí puede levantar sus brazos para peinarse o lavarse su cabello.
- No levante mas de 5-10 lbs las primeras 8 semanas. Terapia física comenzará a las 8 semanas y lo ayudará a aumentar sus actividades. Acudirá 3 veces por semana por 4 semanas.
- Evite escaleras mientras use el collarín – son un riesgo de caída.
- **NO FUME.** Esto aumenta la probabilidad de que el hueso no fusione apropiadamente. Consulte con su médico de cuidados primarios si necesita ayuda para dejar de fumar.

Manejo

- No puede manejar por aproximadamente 9 semanas después de su cirugía. Las primeras 8 semanas estará restringido por el collarín. Necesita terapia física antes de manejar.
- Es la política de esta oficina de aconsejarle que no maneje mientras esté bajo la influencia de medicamentos analgésicos.

Regreso al Trabajo

- Si puede trabajar desde su casa, puede empezar con trabajo de escritorio ligero o por teléfono según lo tolere a las 2-3 semanas de la cirugía.
- Si tiene que ir a su oficina para realizar su trabajo, lo podrá hacer 4 semanas después de la cirugía. Alguien lo tendrá que llevar. Estará restringido a realizar trabajo de escritorio ligero o por teléfono.
- Si su trabajo requiere actividad física pesada, no podrá realizar este tipo de trabajo hasta por lo menos 12 semanas después de la cirugía.

Seguimiento

- Tiene una cita de seguimiento con un miembro de nuestro staff clínico en nuestra oficina de Plano el _____. Por favor llegue por lo menos 10 minutos antes para chequearlo y tomarle rayos-X. Por favor, espere que le tomemos rayos-X en cada visita de seguimiento.

De Qué Estar Pendiente

- La sensación de tener un “bulto en su garganta” es normal. Esto puede causarle molestias al comer bocados grandes de comida sólida. Debe comer pedazos pequeños, masticarlos bien, y/o comer comidas suaves hasta que la molestia desaparezca.
- Vaya a la sala de emergencias más cercana si tiene dificultad para respirar.
- Por favor, contáctenos en caso de:
  Temperatura oral mayor de 100.5 ° F
  Enrojecimiento, hinchazón o drenaje excesivo en la zona de la incisión
  Dolor/adormecimiento/debilidad nuevo o que esté aumentando en sus brazos/piernas
- Para problemas médicos generales, como dolor de garganta, tos, drenaje nasal, etc., contacte a su médico general. También lo debe contactar si tiene alguna duda sobre sus medicamentos de rutina no prescritos por nuestra oficina.
- Para emergencias médicas, por favor llame a 911 o acuda a la sala de emergencias más cercana.

NEUROSPINE
SURGICAL CONSULTANTS

4001 W 15th St, Suite 225 Plano, TX 75093
Ph. (972) 599-2559 Fax (972) 599-1226