



## Fusión Lumbar Posterior 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. La mayoría de suturas son absorbibles.
- Cambie sus gasas diariamente desde el día post-operatorio 2. Se puede duchar, pero necesita cubrir la incisión con una cubierta de plástico para mantenerla seca. **No nade ni se remoje en agua por 8 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

### Corsé/DME

- Se le va a dar un corsé lumbar para que lo use después de la cirugía. Lo debe usar siempre que esté fuera de su cama. Lo deberá usar por 6 semanas aproximadamente.
- Se le dará otro corsé para usar 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 usar los 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.
- **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 se le prescriben antibióticos después de su cirugía, por favor, térmelos en su totalidad.
- Puede usar un ablandador de heces o laxante suave para ayudarlo a hacer sus necesidades.
- Evite tomar anti-inflamatorios por 3 meses después de la cirugía. Uso de estas medicinas puede demorar el proceso curativo o la fusión.
- Como parte de su cirugía, se usó instrumentación espinal. Notifique 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.
- Use las medias de compresión blancas que se le dio en el hospital por 6 semanas después de la cirugía. Se las puede quitar cuando camine, pero las debe utilizar en la noche y cuando esté inactivo por periodos prolongados.
- Siga las instrucciones que le dio el terapeuta físico en el hospital antes de su alta.
- No debe estar sentado más de 20 minutos por hora durante las primeras 3-4 semanas. Luego, puede aumentar **gradualmente** según lo tolere. Sentarse en un reclinador es lo mismo que sentarse en una silla regular.
- No se flexione o tuerza por la cintura durante las 6 semanas después de su cirugía. Va a comenzar terapia física a la 6° semana (3 x semana por 4 semanas) y ellos lo ayudarán a regresar a estas actividades con seguridad.
- No levante más de 5-10 lbs por las primeras 6-8 semanas. Terapia física lo ayudará a aumentar el límite de peso.
- Evite escaleras las primeras 4 semanas – son un riesgo de caída.
- No se requiere un colchón “especial” luego de la cirugía. Debe evitar dormir en una cama de agua – no dan un buen soporte a la columna.
- **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 unas 6-7 semanas después de la cirugía. Necesitará empezar terapia física (2 -3 visitas) antes que se le permita manejar.

- Es la política de esta oficina de aconsejarle que no puede manejar 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 4 semanas de la cirugía.
- Si tiene que ir a su oficina para realizar su trabajo, lo podrá hacer 8-10 semanas después de la cirugía. 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 3-6 meses 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

- 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  
Hinchazón en sus piernas – especialmente si es sólo una
- 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 15<sup>th</sup> St, Suite 225 Plano, TX 75093  
Ph. (972) 599-2559 Fax (972) 599-1226