



Foraminotomía Cervical 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

- Típicamente hay suturas absorbibles en su incisión que no necesitan removerse. Su incisión se evaluará en la oficina en la visita post-operatoria.
- Cambie sus gasas diariamente luego del día post-operatorio 2. Se puede duchar, pero necesita cubrir la incisión con un plástico para mantenerla seca. **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 hasta 3 semanas después de la cirugía.

Collarín/DME

- Se le dará un collarín suave para usar después de la cirugía. No tiene que usarlo todo el tiempo, pero se dará cuenta que le da comodidad y alivio de los dolores musculares asociados con su cirugía.

Alivio del Dolor

- Nuestra oficina le prescribirá 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 2-3 semanas después de la cirugía.

- Si se le prescriben antibióticos después de su cirugía, por favor, térmelos en su totalidad.
- Evite tomar anti-inflamatorios por 2 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.

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.
- Actividades repetitivas con sus brazos puede agravar los espasmos musculares en cuello y espalda. Modifique su actividad con esto en mente.
- No levante nada sobre su cabeza por 8 semanas después de la cirugía. Puede levantar sus brazos para peinarse o lavarse su cabello.
- No levante más de 5-10 lbs las primeras 3 semanas. Empezará terapia física 3 semanas después de la cirugía y acudirá 3 veces por semana, por 4 semanas. El terapeuta físico lo ayudará a aumentar sus actividades.
- Evite escaleras mientras use el collarín – son un riesgo de caída.
- **NO FUME.** Fumar puede interferir o demorar la capacidad curativa de su cuerpo luego de una cirugía. Consulte con su médico de cuidados primarios si necesita ayuda para dejar de fumar.

Manejo

- No puede manejar por aproximadamente 3 semanas después de la cirugía. Preferimos que atienda por lo menos 2 sesiones de terapia física antes de manejar. Esto lo ayudará con su capacidad de voltear su cabeza hacia los lados.
- **NO MANEJE MIENTRAS USE EL COLLARIN.**

- 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 hacer trabajo de escritorio ligero o por teléfono según lo tolere a las 1-2 semanas de la cirugía.
- Si tiene que ir a su oficina para realizar su trabajo, lo podrá hacer 2-3 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 12 semanas después de la cirugía.

Seguimiento

- Tiene una cita de seguimiento con un miembro del staff clínico en nuestra oficina de Plano el _____. Por favor llegue por lo menos 10 minutos antes para chequearlo.

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
- Adormecimiento presente antes de la cirugía puede tomar varios meses en desaparecer. Por favor tome en cuenta que puede haber algo de adormecimiento residual.
- 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