

INSTRUÇÕES PÓS OPERATÓRIO ARTROPLASTIA TOTAL DO QUADRIL

Você foi submetido a uma Artroplastia Total do Quadril. Essa cirurgia requer que você tenha um papel ativo nos cuidados do pós-operatório e na sua reabilitação. Este folheto traz informações importantes sobre esses cuidados. Lembre-se de remarcar uma consulta para primeira avaliação em torno de 2 semanas após o procedimento.

Precauções:

Após a cirurgia você será orientado a tomar certos cuidados por pelo menos 45 dias, especialmente para prevenir que a prótese se desloque. Entre as principais restrições incluímos: não cruzar as pernas, não sentar em cadeiras ou sofás muito baixos e macios, não inclinar-se para frente (>90 graus) e não agachar.

Quando deitar-se, use uma almofada no meio das pernas para manter seus joelhos afastados e uma posição mais segura.

Evite movimentos rotacionais com o seu membro operado (para dar voltas, dê pequenos passos).





Dor:

A dor pode aumentar a partir do momento em que você ficar mais ativo e durante a fisioterapia. Medicamentos foram prescritos para aliviar esses sintomas. Essas medicações podem ter efeitos como náusea, constipação, dor no estômago. Caso isso aconteça entre em contato com seu médico e as medicações serão alteradas. Você deve evitar a ingestão de bebidas alcoólicas nesse período.

Incisão:

Você deve manter sua ferida operatória limpa e seca até os pontos serem retirados o que acontecerá 2 semanas após o procedimento. Se você notar qualquer vermelhidão, inchaço e drenagem de alguma secreção pela incisão, entre em contato com seu médico.

Febre:

Sua temperatura pode ficar levemente aumentada por alguns dias após a cirurgia. Ainda se ela persistir acima de 38° e se vier acompanhada de calafrios, sudorese, dor intensa e secreção na incisão, entre em contato com seu médico. Esses podem ser sinais de infecção.

Inchaço:

Inchaço no membro inferior operado é normal durante o pós-operatório imediato. Normalmente ele é menos intenso pela manhã e piora com o passar do dia. Geralmente ele diminui mantendo-se as pernas elevadas ou deitando por cerca de 30 minutos a 1 hora. Qualquer atividade que deixe os seus pés no chão, como permanecer sentado, ficar em pé ou caminhar pode levar ao inchaço. Se este for severo já pela manhã ou se vier





acompanhado por dor na perna você deve entrar em contato com o seu cirurgião. Nós tomamos várias medidas para reduzir o risco de trombose, incluindo medicações anti-coagulantes. É importante que você realize seus exercícios e deambule conforme tolerância para manter o fluxo sanguíneo. Movimente seus pés para cima e para baixo pelo menos 20 vezes por hora além dos exercícios de contração muscular das coxas e glúteos.

Fisioterapia:

O fisioterapeuta realizará exercícios para manter o seu tônus muscular e fluxo sanguíneo. O uso de muletas ou andadores é útil enquanto você recupera sua força. Lembre-se: caminhar é o melhor exercício para a sua reabilitação.

Atividades durante a reabilitação:

Carro: Você não deve dirigir por pelo menos 6 semanas após a cirurgia. Quando estiver entrando ou saindo do carro é importante manter seus membros inferiores estendidos e os joelhos afastados.

Cadeiras: Cuidar para não inclinar-se para a frente quando levantar ou sentar em cadeiras. Mantenha seus joelhos afastados e evite a flexão excessiva dos quadris. Em casa você deve utilizar cadeiras com braços para facilitar sentar e levantar-se.

Banheiro: Elevadores do assento do vaso sanitário podem ser úteis durante as primeiras 6 semanas. Um assento para o banho também pode ser útil.





MARCUSCRESTANI
QUADRIL

Antibióticos:

Antes de procedimentos dentários, urológicos, gastrointestinais ou cirúrgicos, você deve comunicar seus médicos que você possui uma artroplastia de quadril. Você pode precisar de antibióticos para proteger sua prótese de uma infecção.

Essas informações servem como um guia geral. Desta maneira, o seu cuidado pode ser modificado pelo seu cirurgião levando em consideração as particularidades do seu caso e do seu procedimento. Qualquer dúvida ou preocupação entre em contato através do telefone 33339985.

Marcus Vinícius Crestani

CRM 23657



Traumacenter Davos - Plínio Brasil Milano 757, salas 603/604 - Higienópolis

Tel: (51) 33339985 Cel: (51) 93557071 CEP 90520-001 POA/RS