

Cuidados Postoperatorios de rodilla y abdomen

Cuidados en el Hogar

Coloque hielo triturado en una bolsa de aproximadamente 500ml y aplíquela sobre su rodilla como alternativa puede aplicarse gel que conserva la temperatura, cubra su rodilla con una toalla, coloque en su rodilla de 15-20 minutos cada hora, haga esto tanto como pueda en las primeras 24-48 hrs, o mas si es necesario, no duerma con el paquete de hielo ya que puede ocasionar quemaduras.

Mantenga sus vendajes secos y limpios

- Después de 2-3 días usted puede realizar por si mismo su limpieza, lava cuidadosamente las incisiones con antiséptico (microdacyn) aplíquelo sobre las heridas y déjelo actuar sin necesidad de tallar sobre las heridas, después de 2 minutos tome una gasa estéril y seque el liquido, aplique la crema indicada sobre las heridas y coloque nuevamente el vendaje. Si usted no puede realizar lo anterior por si mismo solicite ayuda.
- Envuelva su rodilla con plástico utilizado en la cocina cuando se vaya a bañar, coloque una pequeña toalla en la parte superior del muslo para que absorba posibles filtraciones de agua, mantenga alejada la rodilla de la corriente de agua.
- Mantenga elevada su rodilla a nivel de la cadera, no permanezca de pie en la medida posible las primeras 24-48 hrs, mantenga elevada la pierna operada con 1-2 almohadas en lo posible durante los 2 dias posteriores a la cirugía, mueva los pies de arriba a bajo al estar en cama o sentado con las piernas elevadas para evitar formación de coágulos sanguíneos.
- Usted puede aflojar o apretar el vendaje según sea cómodo para usted, no debe estar muy apretado la sensación de entumecimiento o pérdida de la sensibilidad sobre los dedos puede sugerir esto.
- Mueva los dedos de los pies de forma repetitiva en varias ocasiones cada hora para prevenir rigidez.
- Uso de multas, en la mayoría de los casos usted puede apoyar a tolerancia la pierna operada, al menos que el dr Hernandez sugiera no hacerlo usted puede apoyar tanto peso como le sea cómodo para no tener dolor de forma importante.
- Pregunte al Dr Hernández cuando es seguro retirar las muletas y cuando puede iniciar a realizar ejercicio, evite realizar ejercicio pesado como correr, bicicleta inmediatamente posterior a su cirugía, el aumento de intensidad de su ejercicio es de forma gradual

- NO REALICE DEMASIADA ACTIVIDAD MUY PRONTO
- NO se recomienda manejar mientras se encuentre bajo medicamentos analgésicos narcóticos (tramadol, morfina, codeína)

AREA DE LIPOASPIRADO

CUIDADOS DE HERIDA DURANTE EL BAÑO

Mantenga su herida o heridas limpias, puede bañarse una vez por día, báñese de forma regular posteriormente al secar su cuerpo, retire los vendajes, aplique alcohol sobre sus manos, aplique microdacyn sobre la o las heridas deje actuar 2 minutos y posteriormente seque con una gasa estéril, coloque una gasa estéril seca sobre la herida para mantenerla cubierta, si presenta secreción abundante puede realizar el cambio 2 veces por día.

Antibiótico

Tome el antibiótico según las instrucciones hasta terminar generalmente se prescribe este de 5-7 días, tomelo con alimento, hagamos saber si presenta signos de infección: FIEBRE MAYOR A 38 GRADOS, AUMENTO EN LA INFLAMACION, AUMENTO EN LA SECRECION, ENROJECIMIENTO MAYOR DE HERIDAS, DOLOR EN HERIDAS

QUE NO HACER

NO aplique compresas frías o calientes sobre la zona de [Lipo aspirado](#)

NO aplique agua oxigenada, o bandas plásticas que no permitan la transpiración, las áreas de lipo aspirado cicatrizan mejor y as rápido sin aplicar antibiótico típico.

NO se permite el ingreso a sauna, jacuzzi, alberca al menos por 2 semanas después de su cirugía esto para minimizar el riesgo de infección.

Temperatura Elevada

Un ligero aumento de la temperatura durante las primeras 48 hrs es una consecuencia normal de su cuerpo como respuesta al trauma de la cirugía.

Inflamación y edema

El edema, inflamación así como equimosis son consecuencia normal del lipoaspirado,

Una molestia ligera generalmente es peor al segundo día del lipo aspirado.

Evite tomar aspirina o cualquier antiinflamatorio no prescrito por el dr Hernandez

Durante 6 semanas después de cirugía no tome aspirina, ibuprofeno, naproxen, diclofenaco, ketorolaco, etc, o cualquier esteroide como metilprednisolona, pueden condicionar sangrados y afectar el funcionamiento de las células madre,

Moretones

Equimosis o moretones son una consecuencia normal posterior al lipo aspirado, algunos pacientes tienen mayor tendencia que otros a desarrollarlos.

Dolor e inflamación

El dolor y la inflamación de la zona de lipo aspirado puede ser mayor a los 5 días pero en general es bien tolerado, hagamos saber si el dolor es intolerable o incrementa con los días

Algunos pacientes pueden experimentar comezón sobre la zona de lipo aspirado después de la cirugía, esto es parte normal del proceso de cicatrización, usted puede usar jabón de avena sobre la zona 7 días después de la cirugía siempre y cuando su herida este completamente cerrada.