



Educación del paciente

Centro de Cirugía Ambulatoria



Después de su cirugía de mano

Instrucciones para el cuidado

Visita de seguimiento:

Centro de Huesos y Articulaciones

Eastside Specialty Center

Fecha: _____

Hora: _____

Fisioterapia:

Fecha: _____

Hora: _____

Llame a su médico si tiene:

- Fiebre más alta de 101°F (38°C), sudoración o escalofríos.
- Enrojecimiento aumentado, calor, o drenaje maloliente del sitio de su cirugía.
- Náuseas continuas, vómitos o escozor.

Días laborables, durante horas de trabajo: Llame al 206-598-4263.

Después de horas de oficina y fines de semana: Llame al operador del sistema buscapersonas del hospital al 206-598-6190. Pregunte por el “residente de turno especialista en manos” para Ortopedia” y le devolverán la llamada.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER

Después de su cirugía

- **Dolor:** Es normal sentir algo de incomodidad después de la cirugía. Los medicamentos para el dolor normalmente no alivian todo el dolor, pero ayudan a reducirlo a un nivel tolerable. Tome sus medicamentos para el dolor como le recetaron. Surtirán sus recetas y se las darán antes de que salga del hospital. Los medicamentos narcóticos para el dolor pueden causar estreñimiento, náuseas y escozor.
 - **NO** conduzca mientras esté tomando medicamentos narcóticos para el dolor, ya que pueden hacerle sentir soñoliento.
 - Los medicamentos deberían durar hasta su próxima visita de seguimiento.
 - Las solicitudes para surtir nuevamente los medicamentos demoran 48 horas.
- **Náuseas:** Para disminuir las náuseas, tome los medicamentos para el dolor con las comidas. Si continúa teniendo náuseas y vómitos después de varias horas, por favor llame a nuestra enfermera, ya que podríamos tener que cambiar los medicamentos.
- **Estreñimiento:** Beba mucha agua, coma alimentos con alto contenido de fibra y levántese y camine cada cierto tiempo. También le proporcionaremos un medicamento denominado “ablandador fecal” (stool sostener) que ayudará a disminuir el estreñimiento.
- **Escozor:** Si tiene escozor, puede tomar Benadryl para aliviarlo. Si continúa el escozor o desarrolla un sarpullido, llame a la enfermera. Se podría cambiar o discontinuar su medicamento.
- **Hinchazón:** Es normal tener un poco de hinchazón después de la cirugía.
 - Mantenga su mano/brazo elevado por encima de su corazón. Puede hacerlo acomodándolo sobre varias almohadas. Esto ayuda a reducir tanto el dolor como la hinchazón.
 - Tome el medicamento antiinflamatorio que le recetamos (naproxen o ibuprofeno). Esto ayudará a reducir su hinchazón. Hay ciertos pacientes que no deberían tomar estos medicamentos. Si este es su caso, no los recetaremos para usted.
 - Aplique hielo a su mano/brazo para ayudar a reducir la hinchazón. Revise su piel frecuentemente para asegurarse de que no se esté enfriando demasiado, ya que podría tener entumecimiento después de la cirugía y no poder sentir el frío extremo. 20 minutos con hielo y 20 minutos sin hielo.

¿Preguntas?

Clínica de Huesos y
Articulaciones:
206-598-4263 (HAND)

Sus preguntas son importantes. Si tiene preguntas o inquietudes, llame a su médico o proveedor de atención a la salud. El personal de la clínica de UWMC está también disponible para ayudarle en cualquier momento durante las horas de atención de la clínica.

Para preguntas sobre el Departamento de Industria y Trabajo (L&I): 206-598-4263

Para preguntas sobre infecciones y medicamentos, llame a la Enfermera del Centro para Manos: 206-598-4263

Eastside Specialty:
425-646-7777

Roosevelt Physical Therapy:
206-598-2888

Llame al 911 inmediatamente o busque ayuda en cualquier sala de emergencia si tiene reacciones graves a los medicamentos, tales como dificultad para respirar, urticaria o sangrado excesivo.

- Si sus dedos sobresalen de la férula o del yeso, está bien que los mueva (a menos que su médico le haya indicado lo contrario). El movimiento ayudará a reducir la hinchazón. Si sus dedos están cubiertos con una férula o vendaje, no los use.

El primer día después de la cirugía:

- Continúe siguiendo las instrucciones para “después de su cirugía”
- **Actividad:** Levántese y camine varias veces al día. Esto le ayudará a recuperarse más rápido y ayudará a evitar los coágulos de sangre y el estreñimiento.
- **Drenaje:** Si tiene drenaje, le instruiremos que lo retire 24 horas después de la cirugía. Para hacerlo, libere la bombilla de succión y jale el drenaje hacia su cuerpo. Es mejor si alguien le ayuda con esto. Deseche el drenaje en una bolsa con cierre hermético.

El segundo día y durante 2 semanas después de la cirugía:

- La **hinchazón** alcanzará su punto máximo 1 ó 2 días después de la cirugía. A partir de entonces, comenzará a disminuir. Puede tomar hasta 6 semanas para que disminuya la mayor parte de su hinchazón.
- El **dolor** normalmente alcanza su pico a los 2 a 3 días después de la cirugía. A partir de entonces, el dolor debería comenzar a disminuir lentamente. Es posible que note que el dolor puede aumentar si usa mucho la mano. Esta será su señal para que descanse la mano.
- **Apósito:** Continúe manteniendo su vendaje limpio y seco. Por favor encuentre a continuación el tipo de cirugía para instrucciones adicionales:
 - **Túnel carpiano:** Retire el apósito en 2 días y cubra con un vendaje.
 - **Dedos en gatillo/ganglión quístico:** Retire la férula en 1 semana y cubra con un vendaje. A partir de entonces puede visitar a nuestro fisioterapeuta.
 - **Fracturas/huesos rotos, reparación radial o de ligamento:** Mantenga el apósito hasta que visite al médico 10 a 12 días después de la cirugía.
 - **Tenolisis de la mano, liberación de contractura de Dupuytren y remoción de componentes metálicos:** Mantenga su férula hasta su primera visita para fisioterapia. El terapeuta retirará la férula para usted. Lleve la prescripción para fisioterapia a su primera visita.
- **Suturas:** Retiraremos sus puntos aproximadamente 10 a 14 días después de su cirugía.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER

Ambulatory Surgery Center

Box 354740

4245 Roosevelt Way, Seattle, WA 98105
206-598-HAND (4263)

© University of Washington Medical Center
After Your Hand Surgery
Spanish

Published: 07/2006, 11/2007, 03/2012, 09/2012
Clinician Review: 09/2012
Reprints on Health Online: <https://healthonline.washington.edu>

Patient Education

Ambulatory Surgery Center



After Your Hand Surgery

Self-care

Follow-up Visit:

- Bone and Joint Center
- Eastside Specialty Center

Date: _____

Time: _____

- Physical Therapy:

Date: _____

Time: _____

Call Your Doctor If You Have:

- A fever higher than 101°F (38.3°C), sweating, or chills
- Increased redness, warmth, or foul-smelling drainage from your incision
- Nausea, vomiting, or itching that will not stop

Weekdays during business hours: Call 206-598-4263.

After hours and on weekends and holidays:

Call the hospital paging operator at 206-598-6190. Ask for the Hand Fellow on call for Orthopaedics to be paged.

Pain Medicines

Some discomfort is normal after surgery. Pain medicines usually will not take away all of your pain, but they will help lessen it. Take your pain medicines as prescribed. Your prescriptions will be filled and given to you before you leave the hospital. Narcotic pain medicines may cause constipation, nausea, and itching.

- Do **not** drive while you are taking narcotic pain medicine. It can make you sleepy and slow your reaction time.
- Your medicine should last until your next follow-up visit.
- Medicine requests take 48 hours to fill.

Nausea

To lessen nausea, take your pain medicine with food. If you still have nausea and vomiting after several hours, call our nurse. We may need to change your medicine.

Constipation

To avoid getting constipated, drink plenty of water, eat foods high in fiber, and get up and walk around every few hours. We will also give you a medicine called a *stool softener* to help ease constipation.

Itching

If you have itching, you may take a Benadryl to relieve it. If the itching continues or you develop a rash, call the nurse. We may need to change or stop your medicine.

Swelling

It is normal to have some swelling after surgery.

- Keep your hand or arm above your heart. Do this by resting it on several pillows. This helps reduce both pain and swelling.
- Take the anti-inflammatory medicine that we have prescribed (naproxen or ibuprofen). This will help reduce your swelling. Some patients should not take these medicines. If this is true for you, we will not prescribe them for you.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER

Questions?

Bone and Joint Clinic: 206-598-4263 (HAND)

Your questions are important. Call your doctor or health care provider if you have questions or concerns. UWMC clinic staff is also available to help.

For Labor and Industry (L&I) questions:
206-598-4263

For questions about infections and medicines, call the Hand Center Nurse:
206-598-4263

Eastside Specialty:
425-646-7777

Roosevelt Physical Therapy:
206-598-2888

If you have severe reactions to medicines such as difficulty breathing, hives, or lots of bleeding, **call 9-1-1 right away or seek help at any emergency room.**

- Use a cold pack on your hand or arm to help lessen swelling. Use it for 20 minutes on, and then 20 minutes off. Check your skin often to make sure it is not getting too cold. Your hand or arm may still be numb after surgery and you may not feel how cold it is getting.
- If your fingers are sticking out of a splint or cast, it is OK to move them (unless your doctor tells you not to). Moving your fingers will help lessen the swelling. Do not move your fingers if they are covered with a splint or bandage.

The Day After Surgery

Continue to follow the self-care guidelines above.

Activity

Get up and walk around several times a day. This will help you heal faster and help prevent blood clots and constipation.

Drain

If you have a drain, you will remove it 24 hours after surgery. To do this, release the suction bulb and pull the drain toward your body. Ask someone to help you with this. Throw away the drain in a ziplock bag.

The 2nd Day to 2 Weeks After Surgery

- **Swelling** will be greatest 1 to 2 days after surgery. After that, it should start to lessen. It can take up to 6 weeks for most of your swelling to go away.
- **Pain** is usually worst 2 to 3 days after surgery. After that, the pain should start to ease slowly. If you use your hand too much, the pain may get worse. That is your sign to rest your hand.
- Keep your **dressing** (bandage) clean and dry. Also follow the instructions below for your specific surgery:
 - **Carpal tunnel:** Remove your dressing in 2 days and cover your incision with a bandage.
 - **Trigger finger or ganglion cyst:** Remove the splint in 1 week and cover it with a bandage. You may see our physical therapist at this time.
 - **Fracture or broken bone, radial, or ligament repair:** Keep your dressing on until you see the doctor 10 to 12 days after surgery.
 - **Hand tenolysis, Dupuytren's release, and hardware removal:** Keep your splint on until your first physical therapy visit. Your therapist will remove the splint for you. Bring your physical therapy prescription to your first visit.
- We will remove your **stitches** about 10 to 14 days after your surgery.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER

Ambulatory Surgery Center

Box 354740

4245 Roosevelt, Way, Seattle, WA 98105
206-598-HAND (4263)

© University of Washington Medical Center
Published: 07/2006, 11/2007, 03/2012, 09/2012
Clinician Review: 09/2012

Reprints on Health Online: <https://healthonline.washington.edu>