UW Medicine
SPORTS, SPINE & ORTHOPEDIC HEALTH
SPORTS MEDICINE CENTER

Antes y después de su procedimiento

En el Centro de Medicina Deportiva en Harborview

Procedimiento: _____

Siga todas las intrucciones que están marcadas a continuación.



Llegue temprano, como se marcó.

Llegue antes de su procedimiento por:

- ❑ 15 minutos
- ❑ 45 minutos
- ❑ 1 hora – para sacar sangre o para colocar una línea *intravenosa* (IV siglas en inglés)

Conductor o acompañante:

- ❑ Debe de tener un conductor que lo lleve a la clinica y a su casa.
- ❑ El tener un conductor es opcionar. Si usted conduce, necesitará esperar de 15 a 30 minutos después de su procedimiento antes de conducir.
- ❑ Su acompañante puede manejar su auto, o pueden tomar el autobús, taxi, u otro transporte público juntos.

Comer y beber:

- ❑ Puede comer y beber como de costumbre.
- ❑ **No** coma o beba nada por 6 horas antes de su procedimiento.

Azúcar sanguínea:

- ❑ Revise su nivel de glucosa la mañana del procedimiento. Evite comer o beber azúcares simples el día de su procedimiento.
- ❑ Podemos revisar su nive de azúcar en la sangre el día de su procedimiento.

Medicamentos y vacunas:

- ❑ Tome sus medicinas para la presión sanguínea o diabetes según lo recetado.
- ❑ Traiga su inhalador, _____, con usted.
- ❑ Deje de tomar vitaminas y productos herbales 7 días antes de su procedimiento.
- ❑ Deje de tomar su medicina antiinflamatoria, _____, _____ día (s) antes de su procedimiento.
- ❑ Le llamaremos para explicarle cómo tomar los anticoagualantes después de que hablemos con su médico de cuidados primarios (PCP siglas en inglés).

Sports Medicine Center at Harborview Medical Center
908 Jefferson St., 5th Floor, Seattle, WA 98104 | 206.744.0401

- ❑ Si está tomando medicamentos para el VIH, llamaremos al médico que le receta sus medicinas para asegurarnos que sea seguro que se someta al procedimiento.
- ❑ Si su médico le indica tomar medicina contra la ansiedad, tómelos antes de su procedimiento. (Si toma esta medicina, **debe** de tener a un conductor de lo lleve a la clínica y a casa.
- ❑ Si comienza a tomar antibióticos o tiene fiebre, llamea la clínica para reprogramar su procedimiento.
- ❑ **No** reciba vacunas por 2 semanas antes o 2 semanas después de su procedimiento.

Otro:

- ❑ Podemos colocar una línea *intravenosa* (IV siglas en inglés) en la vena de su brazo.

Después de su procedimiento

A menos que su proveedor de cuidado le dé otras instrucciones:

- Puede ralizar sus actividades habituales el día después de su procedimiento.
- Puede bañarse.
- **No** tome baño de tina, nade o sentarse el Jacuzzi por 48 horas.
- **No** aplique calor directo o use almohadilla térmica en el área durante 48 horas.
- Puede regresar a trabajar el día después de su procedimiento, a menos que tenga un tipo de trabajo con esfuerzo físico. Hable con su proveedor acerca de eso.
- Evite la fisioterapia o el ejercicio intenso por 3 a 7 días. Pregúntele a su proveedor cuándo estará bien reanudar el ejercicio.
- El día después del procedimiento, reanude los medicamentos que dejó de tomar.
- Tenga en cuenta que sus síntomas pueden empeorar antes de mejorar.
- Si tiene una inyección de esteroides, puede tomar de 2 a 3 semanas para que reciba el beneficio completo.

A quién llamar

El Centro de Medicina Deportiva en Harborview está abierto de lunes a viernes de 8 a.m. a 4 p.m. Llame al 206.744.0401 y presione 2 si usted:

- Tiene preguntas acerca de su procedimiento.
- Quiere hablar con la enfermera de la clínica acerca de sus síntomas.

¿Preguntas?

Sus preguntas son importantes. Llame a su proveedor si tiene preguntas o preocupaciones.

Hable con la enfermera de la clínica del Centro de Medicina Deportiva en Harborview: de lunes a viernes de 8 a.m. to 4 p.m., llame al 206.744.0401 y presione 2.

© University of Washington Medical Center
Published PFES: 2019
Clinician Review: 09/2019
SPANISH translation by HMC Interpreter Services
Reprints on Health Online: https://healthonline.washington.edu

Sports Medicine Center at Harborview Medical Center
908 Jefferson St., 5th Floor, Seattle, WA 98104 | 206.744.0401

UW Medicine
SPORTS, SPINE & ORTHOPEDIC HEALTH
SPORTS MEDICINE CENTER

Before and After Your Procedure

At the Sports Medicine Center at Harborview

Procedure: _____

Please follow all the instructions that are marked below.



Arrive early, as marked.

Arrive before your procedure by:

- ❑ 15 minutes
- ❑ 45 minutes
- ❑ 1 hour – for a blood draw or to start your *intravenous* (IV) line

Driver or escort:

- ❑ You must have a driver to bring you to the clinic and take you home.
- ❑ Having a driver is optional. If you drive yourself, you will need to wait 15 to 30 minutes after your procedure before driving.
- ❑ Your escort may drive you in a car, or you may ride together in a bus, taxi, shuttle, or other public transit.

Eating and drinking:

- ❑ You may eat and drink as usual.
- ❑ Do **not** eat or drink anything for 6 hours before your procedure.

Blood sugar:

- ❑ Check your blood sugar the morning of your procedure. Avoid eating or drinking simple sugars the day of your procedure.
- ❑ We may check your blood sugar on the day of your procedure.

Medicines and vaccines:

- ❑ Take your blood pressure or diabetes medicines as prescribed.
- ❑ Bring your inhaler, _____, with you.
- ❑ Stop taking vitamin and herbal products 7 days before your procedure.
- ❑ Stop taking your anti-inflammatory medicine, _____, _____ day(s) before your procedure.

Sports Medicine Center at Harborview Medical Center
908 Jefferson St., 5th Floor, Seattle, WA 98104 | 206.744.0401

- ❑ We will call you to explain how to manage blood thinners after we talk with your primary care provider (PCP).
- ❑ If you are taking HIV medicines, we will call the provider who prescribed your medicines to make sure it is safe for you to have the procedure.
- ❑ If your doctor tells you to take anti-anxiety medicine, take it before your procedure. (If you take this medicine, you **must** have a driver to bring you to the clinic and take you home.)
- ❑ If you begin taking antibiotics or you have a fever, call the clinic to reschedule your procedure.
- ❑ Do **not** get a vaccine for 2 weeks before or 2 weeks after your procedure.

Other:

- ❑ We may place an *intravenous* (IV) line into your arm vein.

After Your Procedure

Unless your care provider gives you other instructions:

- You may do your usual activities on the day after your procedure.
- You may shower.
- Do **not** take a bath, swim, or sit in a hot tub for 48 hours.
- Do **not** apply direct heat or use a heating pad on the site for 48 hours.
- You may return to work the day after your procedure, unless you have a job that involves physical labor. Talk with your provider about this.
- Avoid physical therapy or intense exercise for 3 to 7 days. Ask your provider when it will be OK for you to resume exercise.
- The day after your procedure, resume taking medicines you stopped.
- Be aware that your symptoms may get worse before they get better.
- If you have a steroid injection, it may take 2 to 3 weeks for you to receive full benefit.

Who to Call

The Sports Medicine Center at Harborview is open weekdays from 8 a.m. to 4 p.m. Call 206.744.0401 and press 2 if you:

- Have questions about your procedure
- Want to talk with a clinic nurse about your symptoms

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

To talk with a clinic nurse at the Sports Medicine Center at Harborview: Weekdays from 8 a.m. to 4 p.m., call 206.744.0401 and press 2.

© University of Washington Medical Center
Published PFES: 2019
Clinician Review: 09/2019
Reprints on Health Online: https://healthonline.washington.edu

Sports Medicine Center at Harborview Medical Center
908 Jefferson St., 5th Floor, Seattle, WA 98104 | 206.744.0401