

Cuidados después de una cirugía en la mano o el brazo

¿Qué puede comer mi hijo después de la cirugía?

Su hijo puede comer algo ligero cuando tenga hambre. Algunos ejemplos son líquidos claros, pan tostado, galletas, yogur, sopa y frutas. Si no devuelve la comida ligera, su niño puede volver a lo que normalmente come. Algunos de los medicamentos recetados pueden causar estreñimiento. Para evitarlo, su niño debe beber mucho como también comer abundantes frutas y vegetales frescos.

¿Cómo cuidar del sitio de la cirugía de mi hijo?

Siga estas instrucciones para los cuidados para su niño en el hogar.

Steri-strips sobre la herida (incisión):

- Steri-strips son tiras adhesivas que se colocan sobre las suturas o puntos absorbibles o se usan en lugar de los puntos para cerrar la herida (incisión).
- Deje las tiritas hasta que se desprendan solas.
- No aplique pomada sobre las tiritas.

La incisión se cerró con pegamento para piel

- Mantenga la piel limpia con agua y jabón.
- No aplique pomada.
- El pegamento se desprenderá solo en aproximadamente una semana.

Su hijo tiene una venda, vendaje (apósito), férula o yeso

- Manténgalo seco por ___ días. Después de ese período de tiempo le puede quitar la venda externa pero deje la cinta o venda transparente.
- No le quite el vendaje, la férula ni el yeso, manténgalos limpios y secos hasta la siguiente cita.
- Siga las indicaciones de “Cuidado del molde de yeso” que recibirá.
- _____

¿Cómo ayudo a controlar el dolor de mi hijo?

Juntos, con usted y su niño, le ayudaremos a prevenir y aliviar el dolor todo lo posible. Usted es quien mejor lo conoce y, sea cual fuere el dolor de su hijo, es importante que le crea y actúe de inmediato. Después de una cirugía es probable que su niño sienta algo de dolor y malestar. Trabajaremos con usted para crear un plan que, además del medicamento recetado para el dolor, incluya actividades para enfrentar el dolor y darle el apoyo que necesite.

Más información

- Ortopedia
206-987-2109
- Hable con el proveedor de atención médica de su hijo
- seattlechildrens.org

Free Interpreter Services

- En el hospital solicítelo a la enfermera.
- Fuera del hospital, llame a la línea gratuita de interpretación: 1-866-583-1527. Dígale al intérprete el nombre de la persona o la extensión que necesita.



Medicinas para el dolor

Si a su niño le recetaron medicina para el dolor, utilícela de acuerdo a las instrucciones. No necesita usar todas las medicinas si le parece que su niño ya no la necesita.

Siga las siguientes instrucciones marcadas:

Consulte con su proveedor de atención médica antes de darle cualquier medicina a su niño.

- Si el niño ya no necesita la medicina que le recetaron o si no recibió una receta, usted puede ayudarlo a controlar el dolor con acetaminofeno (Tylenol) o ibuprofeno (Advil, Motrin) de venta libre.
- Le puede dar las dos medicinas, acetaminofeno (Tylenol) e ibuprofeno (Advil, Motrin). Siga las dosis en los volantes informativos que le entregaremos.
- No le dé a su niño ibuprofeno (Advil, Motrin). Sólo acetaminofeno (Tylenol) cuando sea necesario. Siga las dosis que le dimos.

Trate de reducir el uso de narcóticos (ej.: oxycodone) después de unos 3 o 5 días.

Hinchazón

Puede notar hinchazón alrededor del sitio de la cirugía lo que también puede causar un poco de inflamación en la mano y los dedos. Salvo que las instrucciones de su médico sean diferentes, es importante mantener la mano o el área de la operación elevada para reducir el dolor. Levántela por encima del nivel de su corazón. Puede usar almohadas.

Cabestrillo para el brazo

- Su niño tendrá el brazo en cabestrillo. Utilice el cabestrillo hasta la próxima cita.
- Si su niño recibió un bloqueo nervioso para el dolor, le daremos un cabestrillo. Sólo debe usarlo Mientras el brazo de la cirugía está entumecido. Una vez que su hijo recupere la sensación por completo, quite el cabestrillo y no lo vuelva a usar.
- No use el cabestrillo.

¿Cuándo se puede mojar mi niño?

- Mantenga el vendaje (apósito) completamente seco por ____ días. Después de ____ días puede darse una ducha o un baño de tina rápido pero debe evitar estar en el agua por mucho tiempo.
- No retire el vendaje. Manténgalo completamente limpio y seco hasta la próxima cita.

¿Cuándo puede volver a la escuela o a la guardería?

La mayoría de los niños se quedan en casa el día de la cirugía y el día siguiente. Esto da tiempo a que se recupere del procedimiento y de la anestesia. Su niño puede volver a la escuela cuando se sienta mejor y ya no necesite medicina fuerte para el dolor.

Algunos niños no pueden volver enseguida a hacer educación física, deportes y juegos bruscos. Su niño:

- Puede volver a sus actividades
- No debe hacer educación física ni deportes hasta la próxima cita.
- Le daremos una nota para educación física o actividades deportivas si es necesario.

¿Cuánta actividad física puede hacer mi niño?

Durante las primeras 12 horas de regreso en casa las actividades deben ser tranquilas y bajo la supervisión de un adulto. Después de este período su niño puede hacer más actividad. Su niño limitará solo las actividades si se siente mal.

El nivel de actividad de su niño dependerá del tipo de cirugía.

Siga las instrucciones señaladas a continuación:

- Ejercite todos días cada uno de los dedos de la mano que fue operada cerrando bien el puño (flexión completa), luego extendiendo completamente los dedos para separarlos abiertos en abanico y repetir abriendo y cerrando. Debe hacer estos ejercicios entre 4 y 5 veces al día hasta que le quiten el vendaje.
- Es muy importante que el niño no mueva la mano y los dedos después de la cirugía. Su vendaje, férula o yeso ayudarán a inmovilizar el área.
- No levantar nada de peso hasta después de la cita.
- Su niño puede usar la mano para las mismas cosas que antes de la cirugía.

Si su hijo maneja, no puede conducir mientras esté tomando los medicamentos fuertes que le recetaron para el dolor, tampoco si tiene una férula o yeso.

¿Cuándo debo llamar al equipo de atención médica de mi hijo?

Manténgse alerta y llame si su niño tiene cualquiera de estos signos:

- Fiebre de 101.6 o más
- Dolor que aumenta en intensidad a pesar de los analgésicos que toma según las instrucciones y siguiendo el horario
- Las puntas de los dedos se le ponen azules o blancas en lugar del rosado normal
- Enrojecimiento de la piel que se extiende por el brazo
- Nuevo sangrado
- Vomita más de dos veces y no puede retener líquidos

Durante horario de oficina llame a Ortopedia al 206-987-2109. En las noches y fines de semana llame a la operadora de Seattle Children's al 206-987-2000 y pida hablar con el médico ortopedista de guardia.

¿Cuándo verán de nuevo a mi niño?

La cita de su hijo es el día _____

Por favor, llame a Ortopedia para confirmar la hora.

Veremos a su niño en el siguiente lugar:

- Seattle Children's Main Campus
4800 Sand Point Way NE, Seattle, WA 98105
Nivel 6, entrada Océano
- Clínica Bellevue
1500 116th Ave NE, Bellevue, WA 98104

Care After Hand or Arm Surgery

What can my child eat after surgery?

It is OK for your child to have something light to eat when they are hungry. Examples of foods that are OK are clear liquids, toast, crackers, yogurt, soup, and fruit. If light food stays down, then your child may eat what they usually eat. Some prescription medications can be very constipating. Have your child drink and eat plenty of liquids, fresh fruit and vegetables to help avoid constipation.

How should I take care of my child's surgery site?

To care for your child at home, follow the instructions as marked on this sheet.

Steri-strips over the cut (incision)

- Steri-strips are thin pieces of tape that are on top of dissolvable stitches or used instead of stitches to close the cut (incision).
- Leave the Steri-strips on until they fall off on their own.
- Do not put ointment over the Steri-strips.

Cut incision is closed with skin glue

- Keep the skin clean with soap and water.
- Do not put ointment on the area.
- The glue will flake off on its own after about a week.

Your child has a bandage, dressing, splint or cast

- Keep dry for ____ days. After that it is OK for you to remove outer dressing but leave clear bandage in place.
- Do not remove your child's bandage, splint or cast and keep it clean and dry until the next clinic visit.
- Follow the "Cast Care" guidelines that will be given to you.
- _____

How do I help manage my child's pain?

We partner with you and your child to prevent and relieve pain as completely as possible. You know your child best. No matter the level of your child's pain, believe they are hurting and respond right away. After a surgery your child is likely to have some pain and discomfort. We will work with you to create a plan that, in addition to medicine prescribed for pain, encourages coping activities to treat pain and provide support.

To Learn More

- Orthopedics Clinic
206-987-2109
- Ask your child's healthcare provider
- seattlechildrens.org

Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line, 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.

Medicine for pain

If pain medicine was prescribed for your child, use it as directed. You do not need to use all the pain medicine if you think your child no longer needs it.

Follow the instructions marked below for your child:

Check with your healthcare provider first before giving any type of medicine to your child.

- If your child no longer needs medicine prescribed for pain, or if your child did not get a prescription for pain, you can help to manage their pain by giving either over-the-counter acetaminophen (Tylenol) or ibuprofen (Advil, Motrin).
- It is OK to give your child both acetaminophen (Tylenol) and ibuprofen (Advil, Motrin). Follow the dosage guidelines that will be given to you.
- Do not give your child ibuprofen (Advil, Motrin). Only give acetaminophen (Tylenol) if needed. Follow dosage guidelines that will be given to you.

Try to reduce using narcotics (i.e. oxycodone) after 3 to 5 days.

Swelling

Your child may have swelling around the surgery site and this could also cause their hand and fingers to swell slightly. Unless instructed differently by your doctor, to help reduce pain and swelling it is important to raise your child's hand or area that had surgery. Raise it above the level of their heart. You can use pillows to help do this.

Arm Sling

- Your child will be sent home with a sling. Use the sling until your follow-up appointment.
 - If your child received a nerve block for pain control, we will give you a sling to use. It should be used only during the time the extremity that had surgery is numb. Once your child has full feeling in the extremity, remove the sling and do not use it again.
 - Do not use a sling.
-

When can my child get wet?

- Keep the bandages (dressing) completely dry for ___ days. After ___ days, a shower or a quick bath in the tub is OK but your child should avoid a long soak.
 - Do not remove the bandage. Keep completely clean and dry until your child's next clinic appointment.
-

When can my child go back to school or childcare?

Most children will stay home the day of surgery and the day after surgery. This gives them time to recover from the procedure and from anesthesia. It is OK for your child to return to school when they are comfortable and when they no longer need strong pain medication.

Some children need to be excused from PE, sports and rough play. Your child:

- May return to full activity
- Should not do PE or sports until next clinic visit. We will give you a letter to excuse your child from PE or sports if needed.

How active can my child be?

For the first 12 hours at home after surgery, your child should do only quiet activities, with adult supervision. After this period, it is OK for your child to be more active. Your child will limit their own activity if they feel uncomfortable.

Your child's activity level will depend on the type of surgery they had.

Follow the instructions checked below:

- Exercise all fingers of your child's operated hand each day. Have them make a full fist (called "full flexion") and full extension to make fingers straight and then fan fingers in and out. Do these exercises 4 to 5 times a day while awake until their bandage is removed.
- It is very important that your child not move their hand and fingers after their surgery. Their bandage, splint or cast will help the area stay immobile.
- No weight bearing until clinic visit.
- Your child may return to full weight bearing as tolerated.

If your child drives a car, they should not drive while they are taking strong medicines prescribed for pain or if they are in a splint or cast.

When should I call my child's healthcare team

Please call if your child has any of these warning signs:

- Fever 101.6 or higher
- Pain increasing in intensity despite giving pain medications according to direction and on time
- Finger tips that are blue or white instead of the normal pink
- Redness on the skin spreading up the arm
- New bleeding
- Vomits more than twice and unable to keep liquids down

During weekday business hours, call the Orthopedics Clinic at 206-987-2109. On evenings and weekends, call the operator at Seattle Children's at 206-987-2000. Ask the operator to page the orthopedic resident on call.

When will my child be seen again?

Your child's follow-up appointment is on _____

Please call the Orthopedic Clinic to confirm your appointment time.

Your child will be seen at the following location:

- Seattle Children's Main Campus
4800 Sand Point Way NE, Seattle, WA 98105
Level 6, Ocean zone entrance
 - Bellevue Clinic
1500 116th Ave NE, Bellevue, WA 98104
-