

Cuidados después de una cirugía ortopédica en las extremidades inferiores

¿Qué puede comer mi hijo después de la cirugía?

Durante la internación veremos cuándo su hijo puede comenzar a comer. Primero su estómago empezará a funcionar. Debe comenzar con líquidos claros y luego comer algo ligero, como pan tostado o galletas. Cuando su niño tolere la comida ligera, puede pasar a una dieta líquida completa. Si la cirugía de su niño es ambulatoria, puede comer algo ligero cuando tenga hambre. Ejemplos de lo que puede comer: líquidos claros, pan tostado, galletas, yogur, sopa y fruta. Si no vomita estos alimentos, puede volver a su dieta normal. También es importante que beba mucho líquido.

¿Cómo le ayudo a controlar el dolor?

Después de una cirugía es normal sentir algo de dolor y malestar. Como usted es quien mejor conoce a su niño, le recomendamos participar activamente en su recuperación. Dígale al grupo de atención médica cómo su hijo muestra dolor. Además de las medicinas recetadas, ayúdelo y apóyelo para manejar el dolor de diferentes maneras: con libros, juegos, etc. En la mayoría de los niños el dolor se calma después de los primeros días.

Consulte nuestro folleto, "Medicina para el dolor posoperatorio en pacientes ambulatorios" www.seattlechildrens.org/pdf/PE1251S.pdf y el folleto "Dolor agudo" www.seattlechildrens.org/pdf/PE503S.pdf para más información.

Use nuestras "Planillas para registro de la medicina del dolor" www.seattlechildrens.org/pdf/PE1453S.pdf para llevar el control de cuánta medicina le ha dado a su niño.

Es útil tomar medicamentos para el dolor antes de la terapia física.

Hinchazón

Su hijo puede tener hinchazón alrededor de la incisión. La hinchazón causa más presión alrededor de la incisión y aumenta el dolor. Para reducir el dolor y la hinchazón, eleve el área de la incisión por encima del nivel del corazón.

¿Cuándo se puede mojar mi niño?

Mantenga el vendaje (apósito) completamente seco por ____ días. Se puede duchar (regadera) si las incisiones están secas. No se debe sumergir la incisión bajo del agua. Por eso, no puede bañarse en tina, jacuzzi, ni nadar hasta que se lo indiquen.

¿Cómo debo cuidar de la incisión de mi hijo?

El grupo médico de su niño marcará las casillas de abajo correspondientes a los pasos que deberá seguir.

- Dejar la herida (incisión) como está hasta que tenga su cita.

Después de ducharse por primera vez:

- Dejar la herida expuesta al aire.
- Cubrir la herida con gasa.
- Cubrir la herida con curita.
- No usar pomadas en la herida
- Steri-Strips sobre la herida
 - Steri-Strips son cintas adhesivas angostas que cubren los puntos internos absorbibles
 - Deje las tiritas adhesivas hasta que se desprendan solas
- La herida (incisión) se cerró con pegamento para la piel (Dermabond).
 - Mantenga la piel limpia con agua y jabón
 - El pegamento se desprenderá solo aproximadamente en una semana.
- Siga las indicaciones del folleto que recibirá sobre "Cuidados para el yeso" PE002S.

Información importante sobre el yeso:

- No debe meter nada dentro del yeso para rascarse la piel. Lastimar la piel puede causar infección.
- Es normal la comezón por debajo del yeso. Pruebe con alguna distracción.
- Puede soplarle aire **fresco** dentro del yeso con un secador de mano.
- Puede soplar aire sobre el yeso con la manguera de la aspiradora para que circule aire fresco.
- Debe estar siempre seco.
- Puede decorarlo sin cubrirlo por completo (solamente con marcadores) porque se hace más difícil para que circule el aire en el yeso.

¿Cuánta actividad física puede hacer mi niño?

Deje que su hijo le indique lo que tolere. Su niño limitará su propia actividad si no se siente bien.

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

Siga las instrucciones marcadas a continuación:

Equipos:

- Su niño puede hacer terapia física después de la cirugía o después del tiempo inicial de recuperación. Esto será en una de las clínicas satélite de Seattle Children's o en un lugar cercano a su hogar.
- El niño tiene una férula (aparato ortopédico). Se la puede quitar para bañarse y para hacer los ejercicios de terapia. El resto del tiempo tiene que llevarla puesta en la pierna. No le haga ajustes. Necesita traer puesto el aparato hasta que lo vean en la cita.

Actividad:

- Su niño puede apoyar la pierna todo lo que tolere. Use muletas si es necesario. Su niño debe caminar con las muletas.
 - Su hijo solamente puede tocar el suelo con el dedo del pie de la pierna _____. Use las muletas.
 - Su hijo no puede apoyar el peso del cuerpo en la pierna_____.
 - Su hijo no puede apoyar el peso del cuerpo en ninguna de las piernas.
 - Debe usar muletas
 - Debe usar la andadera.
 - Utilice una silla de ruedas con una base para elevar la pierna.
Si su niño es muy pequeño para la silla de ruedas, puede utilizar un carrito (*wagon*) para niños.
 - Use una silla de ruedas con base para elevar las dos piernas.
 - Su hijo debe inclinarse a _____grados. Necesita una silla de ruedas reclinable y con base para elevar la pierna _____.
- Aviso: las sillas de ruedas reclinables son más difíciles de transportar porque son más grandes y ocupan más lugar.

Todo yeso, férula, tablillas, muletas, cojines de abducción, etc. Se debe usar de acuerdo a las indicaciones. Siga las indicaciones que recibió.

¿Cuándo puede regresar mi hijo a la escuela, al trabajo o manejar?

La mayoría de los niños se quedan en casa por unos días o hasta varias semanas. Esto le da tiempo a recuperarse del procedimiento y de la anestesia. Su niño puede regresar a la escuela cuando se sienta bien y ya no necesite medicinas fuertes para el dolor (como oxycodona). Quizás sea necesario hacer arreglos con la escuela para su regreso seguro. Puede que la escuela necesite instrucciones por escrito sobre su hijo para que pueda regresar.

Cosas a considerar: ¿cómo se va a desplazar en la escuela? ¿Si la escuela tiene más de un piso, le pueden dar una llave para usar el elevador? ¿Lo puede ayudar un amigo a cargar los libros y/o a ir de un salón a otro?

¿Tendrá que tomar medicamentos en la escuela? Si es así, la escuela necesitará una autorización de su pediatra o de un proveedor médico de su grupo médico.

Si su hijo maneja, debe evitar hacerlo por 72 horas después de la cirugía o mientras esté tomando medicamentos recetados para el dolor. No debe conducir si tiene prohibido apoyar peso en ambas piernas o en el yeso. Puede conducir sólo si está tomando medicamentos para dolor leve y de venta libre, como Tylenol o Advil.

Algunos niños no pueden hacer educación física, deportes ni participar en actividades fuertes por un tiempo. Por favor, consulte con su cirujano sobre las actividades.

Para más información

- Durante horas de oficina, llame a Ortopedia al 206-987-2109.
- Operadora de Seattle Children's 206-987-2000 De noche y fines de semana
- Hable con el proveedor de atención médica de su hijo
- www.seattlechildrens.org

Servicio gratuito de interpretación

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

¿Cuándo debo llamar al grupo médico de mi hijo?

Llame si su niño tiene cualquiera de estos signos de alerta:

- Fiebre de 101.5° F o más.
- Enrojecimiento en la piel que se extiende alrededor de la herida.
- Si sangra, supura sangre o pus de la herida o debajo del vendaje.
- Dolor muy fuerte o constante. Dolor que empeora aun después de tomar medicamento para el dolor, según lo indicado y a su debido tiempo.
- Vomita más de una vez.
- Dolor de pecho o dificultad para respirar.

Durante horas de oficina llame a Ortopedia al 206-987-2109. De noche y fines de semana llame a la operadora de Seattle Children's al 206-987-2000. Pida hablar con residente de Ortopedia de guardia.

¿Cuándo verán a mi niño otra vez?

Su niño tiene cita en:

Radiología: _____

Ortopedia: _____

Ortesis: _____

Fisioterapia: _____

Llame a Ortopedia para confirmar la hora de la cita.

Veremos a su niño en el siguiente lugar:

- Seattle Children's, sede principal, 4800 Sand Point Way NE, Seattle, WA 98105, piso 6, entrada zona Océano.
- Bellevue Clinic
1500 116 Ave. NE, Bellevue, WA 98004

Folleto de asociados:

Medicina para el dolor posoperatorio para pacientes ambulatorios
www.seattlechildrens.org/pdf/PE1251S.pdf

Dolores agudos
www.seattlechildrens.org/pdf/PE503S.pdf

Planilla para registro de la medicina del dolor
www.seattlechildrens.org/pdf/PE1453S.pdf

Seattle Children's ofrece servicio gratuito de interpretación para pacientes, familiares y representantes legales sordos, con problemas de audición o con inglés limitado. Seattle Children's tendrá disponible esta información en formatos alternativos bajo solicitud. Llame al Centro de Recursos Familiares al 206-987-2201.

Este volante fue revisado por el personal clínico de Seattle Children's. Sin embargo, como las necesidades de su niño son únicas, antes de actuar o depender de esta información, por favor consulte con el proveedor de atención médica de su hijo.

© 2017 Seattle Children's, Seattle, Washington. Todos los derechos reservados.

12/17
Tr (lv/jw)
PE2771S



Care After Lower Extremity Orthopedic Surgery

What can my child eat after surgery?

During admission, we will check if your child is ready to begin eating. Their stomach needs to “be awake” to begin eating. They should start with clear liquids and then move onto something bland like toast or crackers. When your child can handle bland foods, they can move onto a full liquid diet. If your child is having day 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 food stays down, then your child may eat what they usually eat. It is important to drink plenty of liquids.

How do I help manage my child's pain?

Pain and discomfort are normal after surgery. You know your child best. We encourage you to take an active part in your child's recovery. Please talk with your child's care team about how your child shows that they are hurting. In addition to medicine prescribed for pain, encourage coping tools, like books and games, to treat pain and provide support. Pain gets better for most children after the first few days.

Refer to our handout, “Pain Medicine after Outpatient Surgery” www.seattlechildrens.org/pdf/PE1251.pdf and handout “Acute Pain” www.seattlechildrens.org/pdf/PE503.pdf for more information.

Use our “Pain Medicine Log” www.seattlechildrens.org/pdf/PE1453.pdf to keep track of the pain medicine you have given your child.

It is helpful to take pain medication prior to physical therapy.

Swelling

Your child may have swelling around the incision. Swelling causes increased pressure around the incision and increases pain. To ease pain and swelling, raise the incision area above the heart.

When can my child get wet?

Keep the bandages (dressing) completely dry for ____ days. A shower is OK if the incisions are dry. Your child should avoid soaking the incision under water. No bath, hot tub, or swimming until instructed.

How should I take care of my child's incision?

Your child's healthcare team will check the box next to the steps you should follow.

- Leave the cut (incision) alone until you follow up in the clinic.

After showering for the first time:

- Leave the cut open to air.
- Cover the cut with gauze.
- Cover the cut with Band-Aids.
- Do not put ointments on the cut.
- Steri-Strips over the cut
 - Steri-Strips are thin pieces of tape that are on top of the dissolvable stitches that were placed under the skin.
 - Leave Steri-Strips on until they fall off on their own.
- Cut (incision) is closed with skin glue (Dermabond)
 - Keep the skin clean with soap and water.
 - The glue will flake off on its own after about a week.
- Follow the “Cast Care” PE002 guidelines that will be given to you.

Important points about your child’s cast:

- They should not put anything down the cast to scratch their skin. Hurting the skin can cause an infection.
- It is normal for the skin under the cast to become itchy. Distracting your child is helpful.
- A blow dryer on low will help get fresh air to flow under the cast.
- A vacuum cleaner hose can be run over the cast to help circulate fresh air.
- They should keep it dry.
- It is okay to decorate it but do not cover the cast completely with anything other than markers as it makes it harder for fresh air to circulate through the cast.

How active can my child be?

It is best to listen to your child about what feels OK. Your child will tend to 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:

Equipment:

- Your child may have physical therapy after surgery or after their initial recovery time. This will be at Seattle Children’s, one of the satellite clinics or closer to home.
- Your child has a leg brace.

It may be removed for therapy exercises and bathing, otherwise it needs to be on. Do not adjust the settings. It needs to stay on until your child is seen in clinic.

Activity:

- Your child may put as much weight on the leg as they can. Use crutches if needed. Your child should walk while being supported by crutches.
- Your child may only put toe-touch weight-bear on the _____ lower extremity. Use crutches for help.
- Your child may not put any weight on the _____ leg.
- Your child may not put any weight on either leg.
- Use crutches.
- Use a walker.
- Use a wheelchair with a way to elevate the leg.
If your child is too small for a wheelchair, you can use a wagon.
- Use a wheelchair with a way to elevate both legs.
- Your child needs to be reclined to _____ degrees and will need a reclining wheelchair with a way to elevate the _____ leg(s).
To note: reclining wheelchairs are harder to transport because they are bigger and more bulky.

All casts, splints, braces, crutches, abduction pillows, etc., are to be worn as instructed. Follow the rules that were given to you.

When can my child go back to school, work or drive a car?

Most children will stay home a few days to several weeks. 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 are no longer taking strong pain medication, like oxycodone. Arrangements with the school may be needed for their safe return to school. The school may need written instructions for their return.

Things to consider: how will they get around school? If the school is more than one level, can they get an elevator key? Can a friend help with books and/or transport between classes?

Will they need any medications at school? If so, the school will need a medication authorization from your child's doctor or a licensed medical provider on your child's care team.

If your child drives a car, they should not drive for the first 72 hours after surgery or while they are taking prescribed pain medicine. They should not drive if they should not bear any weight to either leg and/or in a cast. It is OK to drive if they are only taking mild pain medicine, like Tylenol or Advil.

Some children will need to be excused from PE, sports and rough play. Please check with your surgeon to see which activities are OK for your child or if they need to wait.

To Learn More

- Orthopedics Clinic
206-987-2109
weekdays during
business hours
- Seattle Children's
Operator
206-987-2000
evenings and
weekends
- Ask your child's
healthcare provider
- www.seattlechildrens.org

When should I call my child's healthcare team?

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

- Fever of 101.5° F or higher
- Redness on the skin spreading from the incision area
- New bleeding, oozing blood or pus under the bandage dressing or at the incision
- Very bad or constant pain, or pain that gets worse, even after giving pain medicine as directed and on time.
- Vomits more than once
- Chest pain/shortness of breath

Call the Orthopedics Clinic at 206-987-2109 during weekday business hours. 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 need to be seen again?

Your child is scheduled for a follow-up appointment on:

Radiology: _____
Orthopedics: _____
Orthotics: _____
Physical Therapy: _____

Please call the Orthopedics 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 116 Ave. NE, Bellevue, WA 98004

Partner handouts:

Pain Medicine after Outpatient Surgery
www.seattlechildrens.org/pdf/PE1251.pdf

Acute Pain
www.seattlechildrens.org/pdf/PE503.pdf

Pain Medicine Log
www.seattlechildrens.org/pdf/PE1453.pdf

Seattle Children's offers interpreter services for Deaf, hard of hearing or non-English speaking patients, family members and legal representatives free of charge. Seattle Children's will make this information available in alternate formats upon request. Call the Family Resource Center at 206-987-2201.

This handout has been reviewed by clinical staff at Seattle Children's. However, your child's needs are unique. Before you act or rely upon this information, please talk with your child's healthcare provider.

© 2017 Seattle Children's, Seattle, Washington. All rights reserved.
