

Cuidados para su hijo después de la cirugía ortopédica de extremidades inferiores

¿Qué puede comer mi hijo después de la cirugía?

Después de la cirugía, su hijo estará internado y en observación, atentos para ver cuándo puede comenzar a comer. El estómago debe empezar a funcionar para que pueda comer. Primero, serán líquidos claros y luego comida ligera, como pan tostado o galletas. Cuando tolere la comida ligera, puede empezar con una dieta líquida. Si la cirugía es ambulatoria, puede comer algo ligero cuando tenga hambre. Por ejemplo, líquidos claros (transparentes), pan tostado, galletas, yogur, sopa o fruta. Si no vomita, puede volver a su dieta normal. Es importante que beba mucho líquido.

¿Cómo le ayudo con el dolor?

Después de una cirugía es normal tener dolor y malestar. Como nadie conoce mejor a su hijo, le recomendamos que participe activamente en su recuperación. Dígale al grupo de atención médica la manera en que su hijo manifiesta el dolor. Además de las medicinas, ayúdelo y apóyelo para manejar el dolor de diferentes maneras: con libros, juegos, etc. para la mayoría de los hijos el dolor se calma en pocos días. Más información en los folletos "Medicina para el dolor posoperatorio en pacientes ambulatorios" www.seattlechildrens.org/pdf/PE1251S.pdf y "Dolor agudo" www.seattlechildrens.org/pdf/PE503S.pdf.

Use las "Planilla para registro de la medicina del dolor" www.seattlechildrens.org/pdf/PE1453S.pdf para llevar el control de la medicina que da a su hijo.

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

Inflamación

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

¿Cuándo se puede mojar?

Mantenga el vendaje (apósito) completamente seco por ____ días. Se puede duchar (regadera) si las incisiones están secas. No debe sumergir la herida abajo del agua. Por eso, no puede meterse en el agua ni bañarse en tina, jacuzzi, etc.

Más información

- Ortopedia
425-987-2109
(días hábiles en horario de oficina)
- Operador del hospital 206-987-2000
(a la noche y fin de semana)
- Hable con el proveedor de atención médica de su hijo
- seattlechildrens.org

Servicio gratuito de intérprete

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



¿Qué cuidados necesita la herida?

El grupo médico de su hijo marcará abajo las instrucciones que debe seguir.

- Dejar la herida (incisión) como está hasta la próxima 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
- Cinta Steri-Strips en la herida
 - Steri-Strips son cintas adhesivas angostas que cubren los puntos internos absorbibles
 - Esas tiritas adhesivas se salen solas
- La herida (incisión) se cerró con un pegamento especial (Dermabond).
 - Mantenga la piel limpia con agua y jabón
 - El pegamento se sale solo en aproximadamente en una semana.
- Siga las indicaciones del folleto "Cuidados para el yeso" PE002S.

Información importante sobre el yeso:

- No debe meter nada dentro del yeso para rascarse. Lastimar la piel puede causar una infección.
- La comezón por debajo del yeso es normal, use distracción.
- Puede echar aire frío adentro del yeso con un secador de pelo.
- Puede echar aire sobre el yeso con la manguera de la aspiradora para que circule aire fresco.
- El yeso debe estar siempre seco.
- Puede decorarlo (solamente con marcadores) pero sin cubrirlo por completo porque es más difícil que circule el aire.

¿Cuánta actividad física puede hacer mi hijo?

Deje que su hijo demuestre lo que tolera, limitará su actividad si no se siente bien. El nivel de actividad dependerá del tipo de cirugía.

Siga las instrucciones marcadas:

Equipamiento médico:

- Su hijo puede hacer terapia física después de la cirugía o después de un tiempo de recuperación. Será en una de las clínicas satélite de Seattle Children's o en un lugar cercano a su hogar.
- El hijo tiene una férula en la pierna.
Se la puede quitar para bañarse y para hacer los ejercicios de la terapia. El resto del tiempo tiene que llevarla puesta. No le cambie nada. Debe usarlo hasta que la siguiente cita.

Actividad física:

- Su hijo puede apoyar la pierna todo lo que tolere. Use muletas si es necesario. Su hijo debe caminar con las muletas.
- Su hijo solamente puede apoyar el dedo del pie del lado _____. 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 el andador
- Eleve la pierna usando el apoyapié de la silla de ruedas.
Si su hijo es muy pequeño para la silla de ruedas, puede utilizar un carrito (*wagon*) para niños.
- Eleve las dos piernas usando el apoyapié de la silla de ruedas.

La silla de su hijo debe estar reclinada a _____ grados. La silla de ruedas debe ser reclinable y con apoyapié para elevar la pierna _____.

Aviso: las sillas de ruedas reclinables son más difíciles de transportar porque son 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 a la escuela, al trabajo o empezar a manejar?

La mayoría de los hijos se quedan en casa desde unos días o hasta varias semanas. Le dará tiempo para recuperarse del procedimiento y de la anestesia. Su hijo puede regresar a la escuela cuando se sienta bien y ya no necesite medicinas fuertes para el dolor (por eje., oxicodona). Puede ser necesario hacer arreglos con la escuela para cuando regrese. La escuela puede pedirle las instrucciones por escrito.

Algunas cosas para tener en cuenta:

- **¿Cómo se va a desplazar por la escuela?** Si la escuela tiene más de un piso, ¿puede usar el elevador?, ¿lo puede ayudar un amigo a cargar los libros y/o desplazarse de un salón de clase a otro?
- **¿Tendrá que tomar medicamentos en la escuela?** Si es así, la escuela necesitará una autorización de su pediatra o de otro proveedor de atención médica.
- **Si su hijo maneja:** tendrá que esperar 72 horas después de la cirugía o hasta que no necesite tomar medicamentos (que no sean de venta libre) para el dolor. No puede manejar si tiene prohibido apoyar peso en las dos piernas o en el yeso. Puede conducir sólo si los medicamentos que está tomando son para dolor leve y de venta libre como Tylenol o Advil.
- **Algunos pacientes no pueden hacer educación física, deportes ni participar en actividades físicas fuertes por un tiempo.** Por favor, consulte con su cirujano qué actividades puede hacer su hijo y cuánto tiempo debe esperar.

¿Cuándo llamar al equipo médico?

Llame si nota:

- Fiebre de 101.5° F o más.
- Enrojecimiento en la piel (o más oscura de lo normal) que se extiende alrededor de la herida.
- Sangra, supura sangre o sale pus, en la herida o debajo del vendaje.
- Dolor muy fuerte o constante. El dolor empeora, aunque haya tomado el medicamento, según lo indicado y a la hora que le tocaba.
- Vomita más de 1 vez.
- Dolor en el pecho o dificultad para respirar.

Durante horario 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 el doctor de Ortopedia de guardia.

¿Cuándo verán a mi hijo otra vez?

Su hijo tiene cita en:

Radiología

Ortopedia

Ortesis

Terapia Física

Llame a Ortopedia para confirmar la hora de la cita.

La cita de su hijo será en:

- Sede central de Seattle Children's
4800 Sand Point Way NE, Seattle, WA 98105
nivel 6, zona Ocean
- Bellevue Clinic
1500 116 Ave. NE, Bellevue, WA 98004

Otro material de lectura

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

Care After Lower Extremity Orthopedic Surgery

What can my child eat after surgery?

After surgery, when your child is being taken care of in the hospital, 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 handouts, “Pain Medicine after Outpatient Surgery” seattlechildrens.org/pdf/PE1251.pdf and “Acute Pain” seattlechildrens.org/pdf/PE503.pdf for more information.

Use our “Pain Medicine Log” 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 (area where we cut for surgery). Swelling causes more 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.

1 of 4

To Learn More

- Orthopedics Clinic Department
206-987-2109 weekdays during business hours
- Seattle Children's Operator
206-987-2000 evenings and weekends
- 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.



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:

- Your child 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 bulkier.

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 medicine, 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 medicines at school?** If so, the school will need a medicine 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 shouldn't/cannot 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.

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 (or shade darker than normal) 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 (throws up) 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
-

Other helpful handouts

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

Acute Pain
seattlechildrens.org/pdf/PE503.pdf

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