



*Dr. Jorge Castellini*

**ESPECIALISTA EN PIERNA, TOBILLO Y PIE.**

Médico Especialista en Traumatología y Ortopedia  
Especialista en Cirugía Plástica Reparadora y Microcirugía  
Especialista en Cirugía de Pierna, Tobillo y Pie  
Cirugía Mini Invasiva de Pie – Artroscopias de Pie  
M.N. 80908 M.P. 444878

## **INDICACIONES POSTOPERATORIAS**

- 1- Medicación: Analgésico y antiinflamatorio Diclofenac + Paracetamol ó Ketorolac sublingüal 1 comprimido cada 8 horas los primeros 2 (dos) días. Si aún hay dolor a pesar de tomar la medicación mencionada, agregar un comprimido de Tramadol 50mg. cada no menos de 6 hs.  
Luego de los 2 primeros días, tomar según dolor 1 comprimido cada 12 horas ó 1 comprimido por día, todos los días que necesite hasta la próxima consulta. Si no alcanza la medicación tomar Tramadol 50 mg. cada no menos de 6 hs.
- 2- Mantener la pierna y pie elevado con almohada en cama las primeras 48hs y caminar solo para ir hasta el baño, con sandalia posquirúrgica o apoyando el talón. Puede dejarse la sandalia para dormir durante las primeras 48hs.
- 3- No puede mojarse ni humedecerse el vendaje, por lo tanto cúbrase muy bien el pie durante la ducha o baño del cuerpo.
- 4- Mantenga los vendajes limpios y secos. No se los quite para ver las heridas.
- 5- Durante el acto quirúrgico le colocaremos un vendaje que es necesario mantener para la corrección de su pie, posiblemente se manche de sangre. El vendaje no se toca hasta la primer curación.
- 6- No se siente con los pies bajos durante tiempo prolongado, esto le hinchará los pies y ocasionará dolor. Vaya alternando las posturas, acuéstese, descanse, camine... Periódicamente haga ejercicios con los tobillos y las rodillas, esto estimula la circulación y evita la aparición de calambres. No salte, no corra
- 7- No se siente cruzando las piernas, esto le puede ocasionar edema en los pies. Si se hinchan acuéstese con los pies elevados, esto disminuye la presión y descongestiona los mismos.
- 8- Usted puede caminar inmediatamente según lo tolere, siempre con la sandalia postquirúrgica. En este tipo de operaciones es mejor caminar un poco que estar permanentemente sentado o acostado, mejora la circulación y previene complicaciones de retorno venoso.  
Si tiene pocas molestias Ud. puede retornar a sus tareas habituales, pero no las haga en su totalidad, procure descansar de a ratos.  
Al caminar puede sentir presión en pie y molestias o crujidos, esta sensación es normal.
- 9- Mantenga su dieta habitual y es aconsejable que aumente la ingesta de líquidos en el postoperatorio.
- 10- Aplique hielo en bolsa ó gel frío sobre la región del tobillo durante unos 15 minutos y descanse unos 30 minutos todas las veces que pueda en el día.
- 11- En la segunda semana postquirúrgica, el dolor puede ser mayor que en la primera semana, eso se debe a que el vendaje es más pequeño y en general el paciente se siente bien y comienza a moverse más, es normal que eso ocurra, si el dolor es insoportable, retome la medicación como indicaremos en la primer curación.

Concurrir al primer control en consultorio \_\_\_\_\_ el día \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_.

**No olvidar llevar las vendas COBAN.**

**POR FAVOR SOLICITAR TURNO. TELEFONO: 5353-0431 – RIOBAMBA 972 3° C – CAPITAL FEDERAL**  
[consultoriojcastellini@hotmail.com](mailto:consultoriojcastellini@hotmail.com) – [jorgecastellini@gmail.com](mailto:jorgecastellini@gmail.com)