



RECOMENDACIONES DESPUES DE UNA ARTROSCOPIA DE HOMBRO

Usted ha sido operado de una artroscopia de hombro.

A continuación se le explicarán una serie de recomendaciones para después del alta hospitalaria

- Durante la primera semana tendrá que usar la inmovilización que se le ha colocado en quirófano.
- Esta inmovilización se mantendrá el tiempo el tiempo necesario según la lesión y reparación que se haya efectuado.
- Los primeros días puede tener molestias en la zona de la intervención debido al líquido usado en la cirugía.
- Intente dormir con el hombro operado hacia arriba y de forma oblicua.
- Evite mojarse la herida hasta la retirada de los puntos.
- Procure mover la muñeca y el codo suavemente.
- Debe realizar ejercicios pendulares de hombro y flexión de codo por 10 minutos
3 veces al día.
- Luego de los ejercicios, aplique una bolsa con hielo por espacio de 10 minutos.
- Siga el tratamiento que se ha dejado en la hoja de alta hospitalaria.

En caso de molestias de mucha intensidad o fiebre de más de 38,5º, acuda al servicio de urgencias de Creu Blanca

