

**1931 Rogers Road • San Antonio, TX 78251**

**Tel: 210-265-1924 • Fax: 210-265-3387 • www.eliteplasticmd.com**

**Instrucciones postoperatorias liberación del túnel carpiano / cubital.**

**Dieta**: por favor, evite los alimentos salados ya que puede empeorar la hinchazón

**Medicamentos**: si su mano se hincha, le palpita o le duele, levántela por encima del codo.. Si no es alérgico al Tylenol, tome 650 mg cada cuatro horas según sea necesario para el dolor.

Si tiene un dolor más fuerte, use el medicamento recetado para el dolor según sea necesario para el dolor. Si toma el medicamento recetado para el dolor, no conduzca ni maneje maquinaria que pueda dañar a alguien.

No tome advil, ibuprofeno u otros medicamentos antiinflamatorios no esteroides (pueden causar sangrado o moretones)

Tomar los antibióticos prescritos.

Reanude sus medicamentos anteriores a menos que se indique lo contrario

**Actividad**: para ayudar a prevenir los coágulos de sangre en las piernas, comience a levantarse de la cama hoy mismo. No hay actividades de contacto a las áreas de la cirugía. Se le permite salir de la casa para actividades normales. Se recomienda comenzar a mover la mano inmediatamente después del procedimiento. Esto evitará la rigidez y la formación de cicatrices entre los tendones y las estructuras circundantes. Tu objetivo es hacer un puño completo al menos 20 veces cada media hora mientras estás despierto. Evite levantar objetos pesados con la mano operada ya que esa mano estará muy sensible durante algún tiempo.

**Ducharse:** Hasta que la sensación vuelva a la normalidad en la mano operada, no agarre cosas que puedan estar calientes, de lo contrario puede quemarse y no reconocerlo.

El día después del procedimiento, para bañarse, puede quitarse las vendas y la férula. Cuando retire la férula, preste atención a cómo encaja la férula, ya que tendrá que volver a colocarla de la misma manera. Una buena manera de recordar cómo encaja es tomar fotografías de la férula. No moje la férula). Puede ducharse y mojar la herida, pero no frote la herida. Puede volver a aplicar una gasa seca según sea necesario.

Una semana después de su operación, retire y deseche su férula. En ese momento, si desea aplicar un apósito de gasa simple, está bien..

**Seguimiento**: llame al 210-265-1924 para una cita de seguimiento la próxima semana.

Si tiene alguna pregunta o inquietud, llame al Dr. Chattar-Cora al 210-265-1924.