



# Reconstrucción del LPFM

## Instrucciones Postoperatorias

### Medicamentos recetados después de la operación:

- Aspirina: Tomar según lo prescrito durante 30 días después de la cirugía.
- Norco (5-325 mg): Tomar de 1 a 2 tabletas cada 4-6 horas según sea necesario para el dolor.
- Zofran (4 mg): Disolver 1 tableta en la lengua cada 8 horas según sea necesario para las náuseas.

*\* Tenga en cuenta que los medicamentos pueden variar dependiendo en los medicamentos que toma. Estas variaciones se discutirán durante su consulta telefónica preoperatoria con la PA.\**

### Terapia Física:

- Comenzar el día 1 o 2 después de la operación. Llevar el protocolo y la orden proporcionados el día de la cirugía a la visita inicial de terapia física.
- Asistir a terapia física 2 a 3 veces por semana durante los primeros 2-3 meses después de la cirugía.
- Deberá asistir a terapia física durante 6-8 meses después de la cirugía.

### Primera cita de control postoperatorio:

- Su primera visita de control postoperatorio será a los 1 a 2 días después de la cirugía.

### Apoyo de peso después de la cirugía:

- Su capacidad para soportar peso después de la cirugía dependerá de si se realiza una reparación de menisco junto con la reconstrucción de tu LPFM (ligamento Patelofemoral medial). Su capacidad para soportar peso se le explicará claramente antes de salir del centro quirúrgico.

### Fumar, marihuana y cirugía:

- El Dr. Chahla tiene una política de **NO NICOTINA** para pacientes quirúrgicos.
- Para su seguridad y para promover resultados exitosos, recomendamos abstenerse del uso de marihuana durante 4 semanas después de la cirugía. Esto incluye el uso oral, tópico e inhalado.

### Vendajes y ducha:

- Retire la cinta y los vendajes el tercer día después de la cirugía.
- Por favor, deje los steri strips hasta la cita de control postoperatorio inicial con uno de los asistentes del Dr. Chahla.
- No se debe tomar una ducha hasta el tercer día después de la cirugía. A partir del tercer día, puede ducharse manteniendo las incisiones cubiertas y secas. No sumerja las incisiones ni use ungüento tópico durante al menos 4 semanas después de la cirugía o hasta que la incisión esté completamente curada.

### Regreso a conducir:

- Puede volver a conducir una vez que haya dejado de usar muletas, no tome medicamentos narcóticos y sienta que puede detenerse en caso de emergencia. Esto suele ser alrededor de 4-6 semanas después de la cirugía.

### Regreso al trabajo/escuela:

- Puede esperar regresar al trabajo de escritorio y/o la escuela aproximadamente 4-7 días después de la cirugía.

Escanee aquí para obtener más información sobre lesiones del LPFM

Contacto Team Chahla P: 312.432.2531 | E: [chahlapractice@rushortho.com](mailto:chahlapractice@rushortho.com)

