

# **Steven Struhl M.D.**

**136 East 57th Street Suite 1501  
New York, NY 10019**

**212-207-1990  
212-207-4656 (fax)**



## **ARTROSCOPIA EN LA RODILLA**

### **Revisión General**

Su doctor le ha recomendado una artroscopia en su rodilla para tratar su dolencia. Naturalmente, usted tiene muchas interrogantes y preocupaciones acerca de la preparación que necesita hacer antes de la cirugía y del cuidado posquirúrgico. Esta guía le proveerá con respuestas a sus muchas interrogantes.

#### **P: Que es una Artroscopia de la rodilla?**

**R:** Es un procedimiento quirúrgico que trata con los padecimientos comunes de la rodilla. Estos incluye cartílagos, ligamentos desgarrados, fragmentos huertos y artritis. Este es un avance tecnológico que a venido desarrollándose en los últimos 15 a 20 años. Esto ha sido posible gracias a la fibra Óptica y al uso de instrumentos

minúsculos. La primordial ventaja de este procedimiento llamado Artroscopia, comparado con otros tipo de cirugía es que la recuperación es rápida y menos dolorosa.

## **Procedimiento quirúrgico y la cirugía**

**P: Como se hace este procedimiento?**

**R:** El cirujano hace tres incisiones (1/4 pulgada también llamada portal) en su rodilla. Una incisión es para colocar el espectro. Una cámara de video en miniatura que se adhiere al artroscopia para permitir que se vea a través de una pantalla de televisión. La segunda incisión es usada para colocar un instrumento diseñado especialmente para tratar la lesión. El tercer portal es usado para la salida de fluidos.

**P: Habrá alguna complicación?**

**R:** Aun los procedimientos quirúrgicos mas simple pueden tener complicaciones. No obstante, la artroscopia tiene muy pocas complicaciones. Lo mas común que ocurre luego del proceso quirúrgico es frigidez en la rodilla. Usualmente, un buen programa de terapia física responde muy bien.

**P: Que anestesia se me daría?**

**R:** Hay dos clases de anestesia que son usada. Anestesia general y espinal. Con anestesia general se le pone a dormir con gas. Con espinal se le adormece de la cintura hacia abajo. Usted puede estar despierto durante el procedimiento. De usted desearlo se le dari un medicamento que lo manteca soliendo.

**P: Y que sobre la anestesia local?**

**R:** Con raras excepciones la anestesia local no es adecuada.

**P: Necesitare quedarme hospitalizada (o)?**

**R:** No. La artroscopia en la rodilla es un procedimiento ambulatorio.

**P: Necesitare recibir sangre después de la cirugía?**

**R:** No

**P: Podré conducir hacia mi casa después de la cirugía?**

**R:** No. Haga arreglos con un familiar o amigo para que lo lleve a su casa.

**P: Necesitare bastón o muletas?**

**R:** Luego de la cirugía se le dará un bastan. Las muletas son muy pocas veces necesarias.

**P: Que medicamentos necesitare después de la cirugía?**

**R:** Al salir del cuarto de recuperación recibirá una receta medica para el dolor. Este será un narcótico fuerte. Úselo durante las primeras 24 a 48 horas.

**P: Cuando me comunico con mi doctor.**

**R:** En la mañana siguiente de la operación llame al 212-207-1990. Nos gustaría saber como se siente y si tiene alguna preocupación. Su cita postoperatoria se le dará en ese momento. Terminados estos medicamentos puede usar extra strength Tylenol.

**P: Debería usar hielo o caliente?**

**R:** Tenga bolsas de hielo preparadas y úselas lo mas que pueda por los primeros días. Esto reducirá la inflamación y la recuperación será mas inmediata. No aplique caliente a su rodilla.

## **Cuidado Postoperatorio**

**P: Cual será mi cuidado postoperatorio?**

**R:** Tendrá una cita medica cuatro días luego de la operación y nuevamente un mes mas tarde. Dependiendo de la recuperación se le darán citas adicionales.

**P: Como se sentirá mi rodilla después de la cirugía?**

**R:** Su rodilla estará adolorida por los primeros días y habrá hinchazón que le tomara varios días o una a dos semanas. Debido al dolor y a la molestia habrá limitaciones de movimientos. Los primeros dos días serán los mas desagradables. Después de la primera semana se sentirá mas aliviado (a). Quizá camine cojeando la primera semana. Las actividades durante este tiempo deben limitarse para evitar que le aumente el dolor y la hinchazón. Pasando el primer mes su rodilla, debería sentirse cerca de lo normal. Luego de los tres meses su rodilla en el mayor de los casos se sentirá completamente normal. En el área de las incisiones la sentirá delicada e hinchada. Estos es normal debido a la formación de los tejidos en el área de la cicatriz.

**P: Habrá alguna actividad que necesito evitar?**

**R:** Hasta tanto su rodilla vuelva a su estado normal, sus actividades necesita modificarla para evitar lastimarse durante el proceso de curación.

**P: Cuales son los ejercicios que debería hacer después de la cirugía?**

**R:** Lo mas importante es restaurar el movimiento en su rodilla. Y en la medida que esto se lo permita estirar los músculos. Se le dari instrucciones

Para hacer ejercicios simples que le ayuden a restaurar el movimiento y desarrollar los músculos.

**P: Podré manejar nuevamente?**

**R:** Esto dependerá en cual pierna fue su cirugía y si su auto es de transmisión automática o manual. Si su cirugía fue en la pierna izquierda y su auto es automático podrá manejar en pocos días. De su cirugía haber sido en su pierna derecha y su vehículo es de transmisión manual sería prudente no manejar por una a dos semanas. Usted podrá sentir que su rodilla esta lista para manejar. No obstante, su pierna operada quizás no responda lo suficientemente rápido de suceder alguna situación de emergencia.

**P: Cuando podré bañarme o ducharme?**

**R:** Dos días luego de la cirugía se puede quitar el vendaje y tomar una ducha. No se bañe o nade sin antes ver a su medico.

**P: Necesitare terapia física?**

**R:** Terapia física será necesaria en varias instancias. No obstante, la rehabilitación puede hacerla desde su casa. Consistencia con los ejercicios en su hogar es esencial para restaurar y tonificar los músculos que ya estaban debilitados previo a la operación. Si tiene problemas con los ejercicios, hable con su doctor.

**P: Cuando podré correr o jugar deportes nuevamente?**

**R:** Para muchos pacientes, en un promedio de seis semana se espera que regresen a los deportes. Estos podría variar desde un mes a tres meses.

**P: Cuando puedo regresar a trabajar?**

**R:** Esto dependerá del trabajo que usted realiza. Si tiene un trabajo sedentario en un escritorio, podría regresar a trabajar en varios días. De usted trabajar de pies todo el tiempo quizás le tome de dos a cuatro semanas antes de que se sienta lo suficientemente fuerte para trabajar un DIA completo y cómodamente. Esto es especialmente cierto si usted esta constantemente levantando objetos o trabajando con equipos pesados.