

Cartilla

Egreso del paciente



Síguenos en nuestras
redes sociales



www.clinicaeusalud.com.co

Hospitalización

Recomendación con los medicamentos ordenados

Antes de retirarse de la institución, por favor verifique que datos personales de la fórmula médica corresponda a los suyos. Tómese medicamentos durante el tiempo que estipula la fórmula, con la frecuencia indicada y evite suspender u omitir su tratamiento actual de medicamentos ordenados. Ante cualquier reacción consulte su médico.

Retiro de puntos

El retiro de puntos se realiza en admisiones-radiología con nuestras auxiliares expertas en retiro de puntos y cuidado de heridas.



Rehabilitación

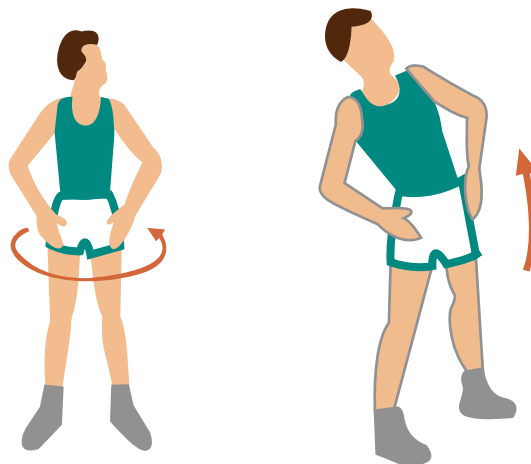
Modelo de atención

Rehabilitación funcional individualizada, basada en las necesidades propias (laborales y personales) de cada individuo.

- 👉 Reintegro oportuno.
- 👉 Seguimiento de casos con interacción del especialista, la aseguradora, el empleador y el paciente.
- 👉 Plan casero y entrenamiento al paciente.
- 👉 Sensibilización del paciente con respecto a su rol funcional.

Se realizan terapias físicas de 40 min en donde la profesional dará las indicaciones, y hará acompañamiento permanente para verificación y supervisión de modalidades cinéticas:

- 👉 Tenemos horario de lunes a viernes desde las 6:00 am hasta las 7:00 de la noche
- 👉 Sábados de 7:00 am a 1:00 pm



Alimentación

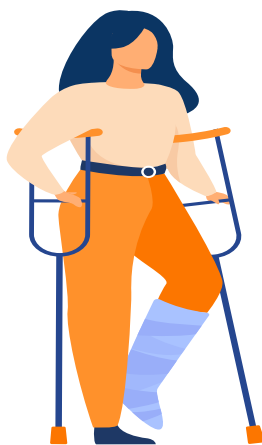
Aumente el consumo de los alimentos ricos en fibra, (pan, galletas cereales integrales), frutas y verduras al vapor.

Evite comer en grandes cantidades, debido a su reposo (prolongado en algunos casos), puede subir de peso, es mejor fraccionar la comida, (6 comidas al día). Evite consumir alimentos fritos (grasos) irritantes en su proceso de cicatrización.

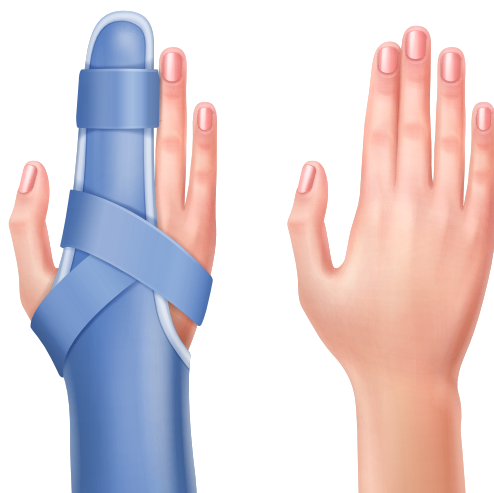
Ayudas ortopédicas: Las siguientes son ayudas ortésicas que LE ayudarán en tu proceso de recuperación en este caso rehabilitación. Estos aparatos ortopédicos los retirara el médico especialista o la fisioterapeuta en tu proceso de rehabilitación paso a paso.

Estas ayudas son:

Muletas: se utilizan por el tiempo indicado por el especialista y rehabilitación. Es importante la altura de las muletas para evitar malas posturas y contracturas musculares estas indicaciones te las brinda un fisioterapeuta.



Órtesis de mano: antes de colocarse una órtesis, el paciente debe asegurarse de que la zona a cubrir este totalmente limpia y seca. Así mismo la compresión nunca debe ser excesiva para evitar irritaciones en la piel o transtornos circulatorios.



Brace articular rodilla: usar bajó prescripción médica hasta el primer control post operatorio. Mientras no tenga el dispositivo puesto, permita su ventilación a temperatura ambiente. Los rangos de movilidad de la articulación los indica el ortopedista por favor hacer caso a la indicación.



Férula de tunel del carpo: su función se basa en la posición neutra de la mano para relajar y disminuir la presión articular. Se utilizan en horas de la noche para descansar. Debe realizarse un buen aseo a la muñequera para evitar malos olores por sudoración.



Ejercicios

- 👉 El ejercicio puede ayudar a prevenir el aumento de peso excesivo o ayudar a mantener la pérdida de peso.
- 👉 Cuando realiza actividad física, quema calorías.
- 👉 La actividad física regular puede mejorar la fuerza muscular y aumentar la resistencia.
- 👉 Realizar ejercicios con repeticiones, y con pesos indicados durante la terapia.
- 👉 Realizar los ejercicios indicados por la fisioterapeuta con los balones o therabanes.
- 👉 No utilizar argollas y/o accesorios en el miembro superior afectado.

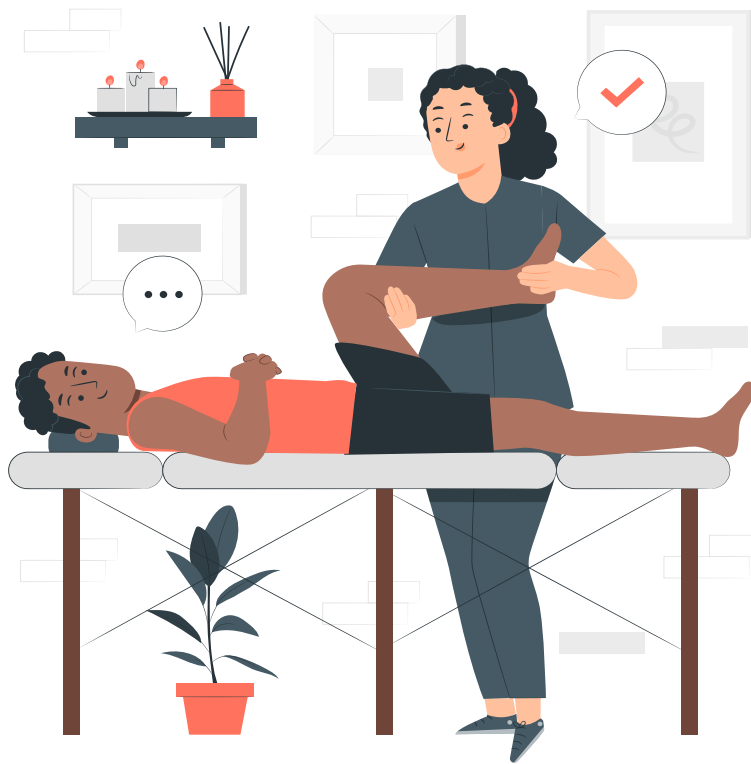
En caso de dolor

👉 Realizar ejercicios sostenidos y sin movilidad articular, ejemplo: “los del balón”.

👉 Se recomienda utilizar medios físicos, dependiendo de su tolerancia y preferencia.

👉 Colocar paños de agua caliente.

👉 Bolsa con hielo en caso inflamación



👉 Tenga en cuenta que la terapia no interfiere en su tratamiento de enfermedades de base, por lo cual puede utilizar los medicamentos de manera habitual.

👉 Realizar los ejercicios en un espacio seguro y acompañado de un cuidador o acompañante permanente (en caso de ser necesario).

👉 Utilizar ropa y calzado cómodo y adecuado (calzado cerrado, con suela antideslizante y bajos).

¡Recuerde!

Para el éxito de su tratamiento es muy importante que usted realice todos los ejercicios indicados durante la terapia en casa, asista a todas las sesiones y cumpla con estas recomendaciones.





CLÍNICA
EUsalud

Estás en buenas manos