

Servicio de urgencias

Férula de rodilla

Consejos para su regreso a casa



Le han prescrito el uso de una férula de rodilla. En este documento encontrará más información sobre el tratamiento y el seguimiento que deben observarse al recibir el alta hospitalaria.

¿Por qué debe llevar una férula?

- ☐ Lesión del ligamento
- ☐ Fractura
- ☐ Luxación de rótula
- ☐ Herida
- ☐ Otros: _____

La férula de rodilla estabilizará su articulación y le aliviará el dolor.

¿Cuál es su tratamiento?

Lleve la férula **día y noche** hasta que le vea el especialista para evaluar la situación. Puede quitársela para ducharse. Tenga cuidado y evite movimientos de torsión.

Recomendaciones

Reposo

Para prevenir la hinchazón

Prevea tiempos de descanso.

No permanezca de pie todo el día.

Pierna
en alto

Para prevenir la hinchazón

Mantenga la pierna en alto en posición horizontal tan pronto como le sea posible.

Hielo

Para prevenir la hinchazón

Aplice una bolsa de hielo siguiendo estas indicaciones:

Los dos primeros días: 10 minutos, 10 veces al día.

Del tercer al noveno día: 10 minutos, 2 veces al día.

Caminar
(casilla reservada
al facultativo)

☐ Camine sin muletas apoyando el peso según se lo permita el dolor.

☐ Camine con la ayuda de las muletas apoyando el peso según se lo permita el dolor.

☐ Camine con la ayuda de una muleta sin poner en el suelo el pie del lado lesionado.

Deporte

No practique deporte hasta que le vea el especialista para evaluar la situación.

Medicamentos

Tome los medicamentos siguiendo las indicaciones proporcionadas por el equipo médico y anotadas en su receta.

¿Cuáles son los siguientes pasos?

APARTADO reservado al facultativo:

- ☐ Tiene una **visita con ortopedia** el día _____ a las _____. (Si no puede acudir o si desea cambiar la fecha de la cita, póngase en contacto con la Secretaría lo antes posible llamando al 021 314 27 98).
- ☐ Le contactarán para una **visita con medicina deportiva**. (Si no le contactan en los próximos 5 días laborables, llame al 021 314 94 06).
- ☐ Concierte una cita con su **médico de cabecera** en los próximos 7 días para una visita de control clínico.

Si le han dado un bono verde para radiografía:

Concierte una cita con un radiólogo o con la unidad de radiología del CHUV (021 314 44 44) lo antes posible. Los resultados se enviarán al especialista correspondiente y se le explicarán durante su visita.



Si tiene más preguntas, póngase en contacto con su médico de cabecera o con el farmacéutico que le administró el tratamiento.



Escanee para consultar otros idiomas
Scan for other languages

