

## Comuníquese con nosotros

### Preguntas o molestias urgentes

Telehealth Nursing  
651-229-3890

### Otras preguntas acerca de su cuidado

Pacientes de St. Paul Clinic:  
Línea directa Nurse Call  
651-578-5000

Pacientes de otras clínicas:  
Comuníquese con un miembro su equipo de atención médica de Gillette.

### Citas

651-290-8707

## Libros, DVD y más

Encuentre materiales acerca de las discapacidades, las afecciones médicas y de apoyo para los encargados del cuidado.

### Recursos de salud y educación

Campus de St. Paul, cerca de skyway en el cuarto piso

651-229-3938

hre@gillettechildrens.com

# Instrucciones de alta para el paciente con un fijador externo

## Discharge Instructions for the Patient with an External Fixator | Spanish

educación del paciente  
DIS020-SP

### Actividad

A menos que le den otras instrucciones, puede soportar peso según lo tolere, con un dispositivo de ayuda (muletas/andador). Mientras tenga el fijador, evite correr y los deportes en los que haya contacto físico.

### Dieta

Coma una dieta con alto contenido de calcio y bajo contenido de fósforo. Algunos ejemplos de alimentos ricos en calcio son: leche, yogur y verduras de color verde oscuro. Le alentamos a que tome una multivitamina que contenga calcio. Evite los alimentos ricos en fósforo como colas, sodas oscuras, remolachas, productos de carne de res y la bebida Tang.

### El cuidado de los tornillos

Deberá continuar cuidando los tornillos como se le indicó, usando solución salina por lo menos una vez por semana. Revise el área de los tornillos diario. Si se ducha, tendrá que realizar el procedimiento después de cada ducha.

Inspeccione que no haya señal de infección debajo de los vendajes en donde están los tornillos/alambres, como:

- Enrojecimiento
- Drenado
- Hinchazón y/o fiebre

Si sospecha que tiene una infección, realice el cuidado de los tornillos todos los días en los sitios infectados con una mezcla de 1/2 parte de solución salina y 1/2 parte de peróxido de hidrógeno y pomada Bactroban. Si las señales de infección no mejoran después de uno o dos días de haber aumentado la frecuencia del cuidado de los tornillos, comience a tomar antibióticos (cuando salga del hospital se le dará una receta), llame a la clínica al 651-229-3890 y continúe con el cuidado diario de los tornillos de las áreas afectadas.

### Instrucciones de limpieza con esponja para los fijadores

1. Lávelos con jabón antibacteriano.
2. Puede volver a utilizar las esponjas después de hervirlas en agua. Use una olla que no volverá a usar para comida.
3. Deje que el fijador se seque al aire.

### Instrucciones para girar

Si el propósito del fijador es extender o corregir un miembro, gire los puntales manualmente o gire las tuercas con una llave inglesa o de boca, como se le indicó. Debe girar las tuercas del fijador cada día a la misma hora para que la regeneración del hueso sea adecuada. Su fijador también podría tener un automotor para ayudar con la extensión.

### Horario de giro

Gire los puntales \_\_\_\_\_.

Frecuencia del automotor: 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_

Gire en la dirección de la flecha cada \_\_\_\_\_ horas o \_\_\_\_\_ veces por día a las \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_, o consulte las instrucciones específicas de giro de su médico.

**Notifique al enfermero de Triage de Gillette llamando al 651-229-3890 si ocurre lo siguiente:**

- Temperatura superior a 101.5 F
- Irritación de garganta
- Dolor intenso