



Mapa de atención (CareMap) para la cirugía de oncología ortopédica

Cómo prepararse y qué esperar durante su estadía en el hospital

| Preparación para la cirugía | El día de la cirugía |
|--|--|
| <p>7 a 14 días antes de la cirugía</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Camine de 1 a 2 millas al día, a menos que su proveedor le indique lo contrario. <input type="checkbox"/> Planifique su transporte de ida y vuelta al hospital. <input type="checkbox"/> Solicite una cita con un trabajador social si: <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> tiene dudas respecto a sus necesidades de atención médica en el hogar. <input type="checkbox"/> necesita ayuda para encontrar un lugar dónde alojarse en el área de Seattle. Le recomendamos que busque alojamiento cercano si es que vive a más de 3 horas de distancia. <input type="checkbox"/> Hable con su equipo de atención si tiene dudas respecto a cómo cuidarse en casa después de la cirugía. <input type="checkbox"/> Si generalmente toma anticoagulantes (como Lovenox o Coumadin), medicamentos para la diabetes o analgésicos, hable con el proveedor que le recetó estos medicamentos. Es posible que quiera ajustar sus dosis para el momento de su cirugía. <input type="checkbox"/> Si va a someterse a una cirugía de cadera o pelvis, compre shorts de compresión o de bicicleta. Tráigalos al hospital el día de la cirugía. <p>2 días antes de la cirugía</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> No se afeite cerca del lugar de la cirugía. <p>El día antes de la cirugía</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Recibirá una llamada del hospital con la hora de llegada. <input type="checkbox"/> Antes de acostarse: <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Dúchese con su jabón y champú regulares. Enjuáguese bien. <input type="checkbox"/> Moje una toallita limpia y luego cierre la llave de la ducha. <input type="checkbox"/> Vierta ½ botella de jabón clorhexidina en la toallita y lávese desde los hombros hasta los dedos de los pies, incluso el pliegue de la ingle, pero no sus partes íntimas. <input type="checkbox"/> Deje el jabón en la piel durante 1 minuto. Enjuáguese bien. <input type="checkbox"/> No coma nada después de la medianoche. <input type="checkbox"/> Puede tomar líquidos claros (líquidos transparentes) hasta 2 horas antes de la hora de llegada. | <p>Antes de salir de casa</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Vuelva a ducharse con los mismos pasos de la noche anterior. <input type="checkbox"/> No se aplique desodorante, lociones, perfumes, maquillaje o productos para el cabello. <input type="checkbox"/> Use ropa suelta que sea fácil de quitar y cómoda para su regreso a casa. <input type="checkbox"/> Prepare su maletín para su hospitalización. <p>Qué llevar al hospital</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> identificación con foto <input type="checkbox"/> lista de medicamentos que toma <input type="checkbox"/> directivas avanzadas, si la tiene <input type="checkbox"/> shorts de compresión o de bicicleta (si se opera de la cadera o pelvis) <p>Si es necesario también traiga:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> máquina CPAP <input type="checkbox"/> andador, silla de ruedas o bastón <input type="checkbox"/> audífonos, anteojos o dentaduras postizas <p>DEJE en casa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> joyas u otros objetos de valor <p>En el hospital</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> A la hora de llegada asignada, preséntese en Surgery Registration (Registro de Cirugía en el Pabellón de Cirugía, segundo piso). <input type="checkbox"/> Una enfermera lo llevará al área preoperatoria. <input type="checkbox"/> Se le colocará una línea intravenosa en el brazo para administrarle antibióticos y líquidos. <input type="checkbox"/> Le daremos una manta térmica para mantener su temperatura, mejorar la curación y reducir el riesgo de infección. <input type="checkbox"/> Sus enfermeras revisarán sus medicamentos actuales. Sus médicos revisarán cualquier actualización de su historial de salud. <input type="checkbox"/> Su equipo de cirugía responderá cualquier pregunta que tenga y marcará el lugar quirúrgico. <input type="checkbox"/> El equipo de anestesia explicará cómo le atenderán durante la cirugía. <input type="checkbox"/> El equipo de anestesia lo llevará a la sala de operaciones. <input type="checkbox"/> Llevaremos a su familia o amigos a la sala de espera. |

Después de la cirugía

Después de la cirugía, usted:

- se despierta en la sala de recuperación.
- es trasladado a su habitación cuando esté despierto y cómodo, y sus signos vitales estén estables.

Tendrá:

- una vía intravenosa en el brazo para administrarle líquidos y medicamentos.
- envolturas de piernas que se llenan de aire de vez en cuando, para ayudar al flujo sanguíneo y reducir el riesgo de coágulos sanguíneos.

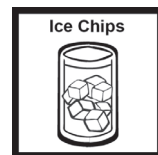


También puede tener:

- un catéter (sonda) en la vejiga para drenar la orina. Este catéter se colocó durante la cirugía.

Su enfermera:

- le ayudará a sentarse a la orilla de la cama.
- le recordará que debe tomar sorbos de líquidos claros y masticar trozos de hielo para que su digestión empiece otra vez. Una vez que pueda beber líquidos, su equipo de atención le permitirá comenzar a comer alimentos sólidos.
- le enseñará a usar un espirómetro de incentivo (IS) y recordarle que lo use cada hora mientras está despierto.



Día 1

Medicamentos y tratamientos

- Se le retira el catéter de orina si tiene uno puesto y una vez que su médico lo apruebe.

Dieta

- Reanude su dieta saludable regular.

Actividad

- Use su espirómetro de incentivo 10 veces cada hora para ayudar a mantener sus pulmones limpios y ayudarlo a recuperarse más rápido de la cirugía.
- Levántese de la cama con la ayuda del personal.
- Un fisioterapeuta (PT) y un terapeuta ocupacional (OT) lo evaluarán.
- Si es necesario, le enseñaremos cómo soportar su peso.
- Moverse con apoyo ayudará para que su cuerpo sane más rápido:
 - Con la ayuda del personal, siéntese en una silla durante sus comidas.
 - Con la ayuda del personal, camine 1 a 4 veces por el pasillo.
 - Intente pasar 6 horas fuera de la cama.
- Manténgase activo durante el día para dormir mejor por la noche.



Baño

- Baño de esponja.

Planificación del alta

Conozca los objetivos para su alta:

- Ser capaz de comer una dieta regular.
- Ser capaz de pasar gases.
- Tener su dolor controlado.
- Hablar con su equipo sobre sus objetivos de actividad para el alta.
- Comenzar a aprender cómo vaciar y cuidar su drenaje (si corresponde).

Día 2

Actividad

- Use su espirómetro 10 veces cada hora mientras está despierto.
- Levántese de la cama con la ayuda del personal.
- Con la ayuda del personal siéntese en una silla durante sus comidas.
- Con la ayuda del personal camine 1 a 4 veces por el pasillo.
- Intente pasar 6 horas fuera de la cama.



Baño

- Baño de esponja o ducha. Mantenga el vendaje quirúrgico seco y en su lugar.

Planificación

- Se programará una cita de seguimiento en la clínica en 2 o 3 semanas después de su alta.



Días 3 to 5

Actividad

- Use su espirómetro 10 veces cada hora mientras está despierto.
- Levántese de la cama con la ayuda del personal.
- Con la ayuda del personal siéntese en una silla durante sus comidas.
- Con la ayuda del personal camine 1 a 4 veces por el pasillo.
- Intente pasar 6 horas fuera de la cama hoy.



Baño

- Puede ducharse hoy (día 3). Mantenga el vendaje quirúrgico seco y en su lugar.



Planificación

- Solicite reunirse con un trabajador social si tiene dudas acerca de adónde irá después del alta hospitalaria.
- Planifique su transporte del hospital a su casa.



Día del alta

El alta será el día 3, 4 o 5, según su progreso.

- Planifique que su transporte esté en el hospital en la mañana del día del alta hospitalaria.
- Puede recibir recetas de medicamentos como analgésicos, ablandadores de heces o laxantes, antibióticos y anticoagulantes.
- Si es necesario, se pueden recetar anticoagulantes por vía oral o por inyección. Si necesita inyectarse, le enseñaremos cómo administrarse inyecciones antes de que salga del hospital.



En casa

Medicamentos

- Tome todos los medicamentos exactamente según la receta.
- Comience a disminuir su medicamento recetado para el dolor. Tómelo solo según sea necesario, para ayudar en su recuperación.
- Tome ablandador de heces o laxante mientras toma analgésicos recetados. Deje de tomar ablandador de heces o laxante si le provoca diarrea.
- Si está estreñido, pruebe con un laxante como Senna, MiraLax o leche de magnesio (Milk of Magnesia). Puede comprarlos sin receta en la mayoría de las farmacias.
- Llame a su equipo de atención si necesita más ayuda.

Dieta

- Siga su dieta saludable regular, en 5 a 6 comidas pequeñas durante el día.



Actividad

- Siga las restricciones de actividad que se indican en sus papeles de alta hospitalaria. Manténgase lo más activo posible dentro de estas restricciones.

Baño

- Siga las instrucciones para ducharse en sus papeles de alta hospitalaria.

Cuidado de la incisión

- Siga las instrucciones de cuidado de incisión en sus papeles de alta hospitalaria.

Seguimiento

- Asista a su cita de seguimiento en la clínica en 2 o 3 semanas después del alta.
- Llame a su equipo de atención si tiene alguna pregunta o inquietud:
 - Equipo de enfermería de SCCA: 206.606.2018
 - Clínica de Huesos y Articulaciones Roosevelt Bone and Joint Clinic: 206.598.4288



Orthopedic Oncology Surgery CareMap

How to prepare for your surgery and what to expect during your hospital stay

Getting Ready for Surgery

7 to 14 Days Before Surgery

- Start walking 1 to 2 miles every day, unless your provider tells you not to.
- Plan for your ride to the hospital and back home.
- Ask to meet with a social worker if you:
 - Have concerns about your home healthcare needs.
 - Need help finding a place to stay in the Seattle area. We advise you to find nearby lodging if you live more than 3 hours away.
- Talk with your care team if you have concerns about taking care of yourself at home after surgery.
- If you usually take blood thinners (such as Lovenox or Coumadin), diabetes medicines, or pain medicine, talk with your provider who prescribed these medicines. They may want to adjust your doses around the time of your surgery.
- If you are having hip or pelvis surgery, buy compression or bike shorts. Plan to bring them with you to the hospital on surgery day.

2 Days Before Surgery

- Stop shaving near the surgery site.

Day Before Surgery

- You will receive a call from the hospital with your arrival time.
- Before you go to bed, take a shower:
 - Shower and shampoo with your regular soap. Rinse well.
 - Wet a clean washcloth, then turn the shower off.
 - Pour ½ bottle of CHG soap on the washcloth and use the washcloth to wash from your shoulders to your toes. Include your groin crease, but not your private parts.
 - Leave the soap on your skin for 1 minute. Rinse well.
- Do **not** eat any food after midnight.
- You may drink clear liquids (liquids you can see through) until 2 hours before your arrival time.

Surgery Day

Before You Leave Home

- Take another shower using the same steps as last night.
- Do **NOT** apply deodorant, lotions, scents, makeup, or hair products.
- Wear loose clothing that is easy to take off and comfortable to wear home.
- Pack for your hospital stay.

What to Bring to the Hospital

- Photo ID
- List of medicines you take
- Advanced directive(s), if you have them
- Compression or bike shorts (if you are having hip or pelvis surgery)

Also bring, if needed:

- CPAP machine
- Walker, wheelchair, or cane
- Hearing aid, glasses, or dentures

Do NOT bring:

- Jewelry or other valuables

At the Hospital

- Check in at Surgery Registration (Surgery Pavilion, 2nd Floor) at your assigned arrival time.
- A nurse will take you to the pre-op area.
- An IV line will be placed in your arm to give you antibiotics and fluids.
- We will give you a heating blanket to keep you warm, improve healing, and lower infection risk.
- Your nurses will review your current medicines. Your doctors will review any updates to your health history.
- Your surgery team will answer any questions you may have and mark your surgical site with a pen.
- The anesthesia team will talk with you about your care during the surgery.
- The anesthesia team will take you to the operating room.
- We will take your family or friends to the surgery waiting room.

After Surgery

After your surgery, you will:

- Wake up in the recovery room.
- Move to your hospital room when you are awake and comfortable, and your vital signs are stable.

You will have:

- An IV in your arm to give you fluids and medicines.
- Leg wraps that fill with air from time to time, to help blood flow and lower the risk of blood clots.

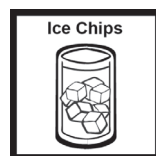


You may have:

- A Foley Catheter (tube) in your bladder to drain urine. This catheter was placed during surgery.

Your nurse will:

- Help you sit up on the edge of your bed.
- Remind you to take sips of clear liquids and chew on ice chips to get your digestion working. When you can drink liquids, we will encourage you to start eating solid foods.
- Teach you how to use an incentive spirometer (IS) and remind you to use it each hour while you are awake.



Day 1

Medicines and Treatments

- If you have a Foley catheter and your doctor says you are ready, your Foley catheter will be removed.

Diet

- Resume your regular healthy diet.

Activity

- Use your incentive spirometer (IS) 10 times every hour while you are awake to help keep your lungs clear and to help you recover more quickly from surgery.
- Plan to get out of bed with help from staff.
- A Physical Therapist (PT) and/or Occupational Therapist (OT) will assess you.
- If needed, we will teach you about weight bearing.
- Moving with help will help your body heal faster:
 - Sit up in a chair for all of your meals, with help from staff.
 - Take 1 to 4 walks in the hall, with help from staff.
 - Aim to be out of bed for 6 hours today.
- Being active during the day will help you sleep at night.



Bathing

- Sponge bath.

Planning for Discharge

Know your goals for discharge:

- Be able to handle a regular diet.
- Be able to pass gas.
- Have your pain under control.
- Talk to your team about your activity goals for discharge.
- Start learning how to empty and care for your drain (if you have one after surgery).

Day 2

Activity

- Use your IS 10 times every hour, while awake
- Get out of bed with help from staff
- Sit up in a chair for all of your meals, with help from staff.
- Take 1 to 4 walks in the hall, with help from staff.
- Aim to be out of bed for 6 hours today.



Bathing

- Sponge bath or shower. Keep surgical dressing in place, and dry.

Planning

- A follow-up clinic visit will be set up for 2 to 3 weeks after your discharge.



Days 3 to 5

Activity

- Use your IS 10 times every hour, while awake.
- Get out of bed with help from staff.
- Sit up in a chair for all of your meals, with help from staff.
- Take 1 to 4 walks in the hall, with help from staff.
- Aim to be out of bed for 6 hours today.



Bathing

- Shower by Day 3. Keep surgical dressing in place and dry.



Planning

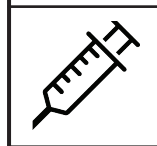
- Ask to meet with a social worker if you have concerns about where you will go after discharge.
- Plan for your ride home from the hospital.



Discharge Day

Discharge will be on Day 3, 4, or 5, depending on your progress.

- Plan for your ride to be at the hospital in the morning on your discharge day.
- You may receive prescriptions for medicines such as pain pills, stool softeners or laxatives, antibiotics, and blood thinners.
- If needed, blood thinners may be prescribed either orally or by injection. If injection is needed, we will teach you how to give yourself injections before you leave the hospital.



At Home

Medicines

- Take all medicines exactly as prescribed.
- Start to taper your prescription pain medicine. Take it only as needed, to help with recovery.
- Take stool softener or laxative while you are taking prescription pain medicine. Stop taking stool softener or laxative if you have diarrhea.
- If you are constipated, try a laxative such as Senna, MiraLax, or Milk of Magnesia. You can buy these without a prescription at your local drugstore.
- Call your care team if you need more support.

Diet

- Eat your regular healthy diet, in 5 to 6 small meals during the day.



Activity

- Follow the activity restrictions provided on your discharge paperwork. Be as active as you can within these restrictions.

Bathing

- Follow the shower instructions in your discharge paperwork.

Incision Care

- Follow the incision care instructions in your discharge paperwork.

Follow Up

- Go to your follow-up clinic visit 2 to 3 weeks after discharge.
- Call your care team if you have any questions or concerns:
 - SCCA Nursing team: 206.606.2018
 - Roosevelt Bone and Joint Clinic: 206.598.4288

