

CLÍNICA ORTOPÉDICA – INSTRUCCIONES PARA EL CUIDADO DEL MOLDE DE YESO

ORTHOPAEDIC CLINIC — CAST CARE INSTRUCTIONS

1. INSTRUCCIONES ESPECIALES

1. SPECIAL INSTRUCTIONS

- Mantenga su molde de yeso LIMPIO Y SECO
Keep your cast CLEAN & DRY.
- Para ducharse o darse un baño en la bañera doblar una toalla pequeña y ponerla alrededor del brazo o de la pierna, justo arriba del molde de yeso (NO se debe meter la toalla dentro del borde del molde de yeso) y usar cinta adhesiva para sujetarla en su lugar. Meter el brazo o la pierna dentro de una bolsa de plástico y con cinta adhesiva mantenerla bien adherida a la extremidad. Proteja el molde de yeso de la lluvia o de la nieve.
When showering or bathing: Roll up a small towel and wrap it around arm or leg, just above cast (DO NOT tuck the towel into cast) and tape the towel in place. Place arm/leg into plastic bag. Tape the bag in place. Protect cast with a plastic bag during rain or snow!
- Si el molde de yeso se humedece debe de cambiarse en un lapso de 24 horas** para prevenir que la piel se vea afectada.
A **wet cast must be changed within 24 hours**, to prevent skin breakdown.
- Se puede utilizar una secadora de cabello, solamente si cuenta con función de aire fresco, para secar el molde de yeso que esté húmedo alrededor de las orillas.
You may use a blow dryer, if and only if there is a cool setting, to dry a cast that is damp around the edges.
- Mantener la piel seca y limpia alrededor de las orillas del molde de yeso.
Keep the skin around the edges of the cast clean and dry.
- Utilizar un marcador en la parte exterior del molde de yeso para señalar la existencia de secreciones (como resultado de alguna herida) y reportar al doctor sobre cualquier cambio en la cantidad de estas secreciones.
Use a marker to circle any drainage (from wounds) on the outside of the cast. Report any changes in the amount of drainage to the Doctor.
- De llegarse a ensuciar el yeso, puede limpiarse suavemente con un trapo humedecido, en la parte exterior solamente.
A soiled cast may be wiped gently with a damp cloth, on the outside only.
- El molde de yeso debe quedar ajustado para inmovilizar las articulaciones involucradas; sin embargo, no debe de cortar o disminuir la circulación de la extremidad.
A cast is meant to be snug and to immobilize the involved joints; however, it should not cut off or decrease circulation of the extremity.
- NO se debe de poner nada dentro del molde de yeso: NINGÚN talco, NI aerosol, NI loción, NI agua o líquidos, u objetos extraños para rascar el área bajo el yeso.**
DO NOT put anything down inside of your cast: NO powder, NO spray, NO lotion, NO water or liquids, NO foreign objects to scratch under cast.
- No saque** el relleno del molde de yeso.
Do not pull the padding out of the cast.
- No remueva** el molde de yeso por Ud. mismo.
Do not remove the cast yourself.

2. ACTIVIDAD

2. ACTIVITY

ES IMPORTANTE EL RANGO DE MOVIMIENTOS Y ELEVACIÓN PARA CONTROLAR LA INFLAMACIÓN.

(Escoja uno).

RANGE OF MOTION AND ELEVATION ARE IMPORTANT TO CONTROL SWELLING (Choose one).

- Rango de Movimientos para extremidades superiores; rango de movimiento para dedos, codo, hombro (De acuerdo a las instrucciones del médico):** repetir esta acción 10 veces, y después elevar la extremidad. Dar masaje a los dedos empezando desde la punta hacia la mano varias veces al día.

Range of motion for upper extremity; range fingers, elbow, shoulder (Per MD instructions): 2-3 sets of 10 repetitions, followed by elevation. Massage fingers from the tips towards the hand several times daily.

- Rango de Movimientos para extremidad inferior; mueva dedos de los pies, doble y estire la rodilla, estire la rodilla hacia arriba (De acuerdo a las instrucciones del médico)** repetir esta acción diez veces y después eleve la extremidad.

Range of motion for lower extremity; wiggle toes, bend & straighten knee, straight leg raises (Per MD instructions): 2-3 sets of 10 repetitions, followed by elevation.

- Elevar la extremidad por encima del nivel del corazón (20-30 minutos, varias veces al día):** También elevar la extremidad (por encima del nivel del corazón) cuando se presenten cualquiera de éstos síntomas: incremento en la inflamación, presión o que la extremidad se sienta apretada dentro del molde; aumento de dolor, pulsaciones, hormigueo o entumecimiento; o disminución en la circulación al final de la articulación.

Elevate Extremity above the level of your heart (20-30 minutes, several times daily): Also elevate the extremity (above the level of heart) whenever any of the following symptoms occur: an increase in swelling, pressure, or tightness inside of cast; an increase in thumping or throbbing; an increase in pain, tingling, or numbness; or a decrease in circulation at the end of extremity (finger or toes).

3. SEGUIMIENTO

3. FOLLOW UP

FAVOR DE REPORTAR A SU DOCTOR CUALQUIERA DE LOS SIGUIENTES SINTOMAS, DENTRO DE UN PERÍODO DE 24 HORAS:

PLEASE REPORT ANY OF THE FOLLOWING SYMPTOMS TO YOUR PHYSICIAN, WITHIN 24 HOURS:

- Aumento de dolor, presión, inflamación, hormigueo o entumecimiento que NO PUEDA ser controlado con la elevación y rango de movimiento.

An increase in pain, pressure, swelling, tingling or numbness that CAN NOT be controlled with elevation and Range of Motion.

- Un incremento en las secreciones, mal olor, o si hay un aumento en la temperatura Del cuerpo, náusea, vómito.

An increase in drainage, foul order, or if there is an increase in body temperature, nausea, vomiting.

- En caso de que el molde de yeso se moje, se rompa, se agriete o que esté demasiado flojo, o si está causando dolor debido a que se está frotando la extremidad o las heridas.

Any cast that gets wet, broken, cracked, too loose, or if the cast is causing pain due to rubbing or sores.

****Si estos síntomas se presentan durante un fin de semana o día festivo, debe de a la Sala de Emergencia más cercana!****

****If these symptoms occur over a weekend or holiday, you must go the nearest Emergency Room!****

Clínica Ortopédica
Orthopaedic Clinic

- Fontaine 545 Ray C. Hunt, Suite #120, Charlottesville, VA 22903
Telephone# 434-243-5440 (Local) or 1-800-251-3627
- McCue 290 Massie Road, Charlottesville, VA 22903
Telephone # 434-243-5050 (Local) or 1-800-251-3627

No firme, firme solo la version en Inglés – Do not sign, sign English version only

Se me ha dado a leer y comprendo la información anterior _____

FIRMA DEL PACIENTE O PERSONA ADULTA RESPONSABLE

Revisado por _____ Título/PIC _____ Fecha/Hora _____

FIRMA DEL INTÉRPRETE/CYRACOM ID#

Si fue traducida: EL TESTIMONIO DEL INTÉRPRETE (si procede)

La traducción la hizo: _____ Fecha/Hora _____

Recibí una copia traducida de este documento. Iniciales del Paciente _____

I received a translated copy of this document) Form #