



*Reemplazo Total
de Rodillay de Cadera*
CIRUGÍA

GUÍA PARA PACIENTES



CHRISTUS[®] SANTA ROSA
Health System

Como organización basada en
la fe, la misión de **CHRISTUS**
Santa Rosa Health System es
ampliar el ministerio de
sanación de Jesucristo.



Tabla de contenido

Bienvenido a CHRISTUS Santa Rosa Health System	4
Cómo usar esta guía para pacientes	4
Antes de su cirugía	5
Registro previo/oficina administrativa	5
Contacte a su compañía de seguros	5
Seleccione a un cuidador.	6
Únase a las clases educativas sobre la cirugía de articulación.	7
Programe y asista a su sesión de prueba previa a la anestesia	7
Participe en la planificación de su alta	8
Diez días antes de la cirugía	9
Prepare la lista de verificación de su casa	9
Necesidades de equipo	9
Tres días antes de la cirugía	10
Comidas y bebidas.	10
Preparaciones finales de su casa	10
El día antes de la cirugía	10
Comidas y bebidas.	10
Baño y medicamentos	10
Día de la cirugía	11
Admisión y registro	11
Preparación quirúrgica.	11
Área de apoyo para familias de cirugía	11
Consulta con el cirujano	11
Recuperación después de la cirugía.	11
Los primeros dos días después de la cirugía	12
Plan de atención	12
Manejo del dolor	12
Planificación del alta	13
Regreso a casa	13
Instrucciones para el alta.	13
Precauciones	15
Manejo del dolor en casa	15
Cuidado de su incisión	16
Ejercicios posteriores a la cirugía	17
Su equipo de atención especializado	20
Preguntas más frecuentes	21
Lista de instrucciones para la cirugía	22
Mapas del campus	23
Lista de verificación del día de la cirugía	28
Apéndice	29
Información sobre el hospital	29

¡Bienvenido!

Gracias por elegir **CHRISTUS Santa Rosa Health System** para su atención médica.

Apreciamos que usted y su cirujano nos hayan elegido para su cirugía de reemplazo de articulación y apreciamos la oportunidad de servirle con una atención que extiende el ministerio de sanación de Jesucristo. Esperamos que la siguiente información le ayude a entender mejor qué esperar durante esta experiencia al responder muchas preguntas comunes. Como paciente, usted juega un papel importante en su atención médica. Su participación en el proceso de toma de decisiones y su deseo de seguir las instrucciones de cuidado personal son vitales para su recuperación completa.

Por favor, tómese el tiempo para leer esta guía antes de su cirugía. La primera sección abarcará información general que incluye cómo usar la guía, cómo se programará su cirugía, cómo acceder al apoyo espiritual y quiénes estarán en su equipo de atención médica especializado. Traiga esta guía al hospital, a la rehabilitación, a la terapia ambulatoria y a todas sus consultas de la cirugía. Lea todas las secciones y escriba notas en la guía para consultarlas en el futuro.

Cómo usar esta guía para pacientes

La preparación, la educación y la planificación previa del alta son esenciales para obtener resultados óptimos de la cirugía de articulación. La comunicación también es una parte extremadamente importante de este proceso. Esta guía para pacientes es una herramienta de comunicación y educación dirigida a los pacientes, familiares, cirujanos, médicos, terapeutas y enfermeros. También es una herramienta de referencia para que usted anote información importante que podrá revisar cuando sea necesario.

Está diseñada para ayudarle a entender:

- Qué esperar durante cada paso del proceso de reemplazo de articulación.
- Cuáles son sus responsabilidades.
- Cómo cuidarse antes y después de su cirugía de articulación.

Su cirujano, enfermero o terapeuta pueden agregar o cambiar algunas de las recomendaciones. Siempre siga primero sus recomendaciones y haga preguntas si no está seguro de cualquier información. Guarde esta guía como referencia en un lugar accesible durante al menos el primer año después de la cirugía.

Apoyo espiritual

Como un hospital basado en la fe, entendemos que satisfacer sus necesidades espirituales es tan importante como satisfacer sus necesidades físicas y emocionales. Tenemos una variedad de personal de varios departamentos que incluye capellanes y grupos de oración, y todos están comprometidos a darle apoyo a usted y a su familia durante su experiencia. Para obtener más información sobre el apoyo espiritual, por favor llame a:

210.294.8213 - CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *Alamo Heights*

210.705.6089 - CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *Medical Center*

830.606.3763 - CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *New Braunfels*

512.753.3653 - CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *San Marcos*

210.703.8563 - CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *Westover Hills*

Programación de la cirugía

Una vez que usted y su médico hayan tomado la decisión de proceder con la cirugía, el consultorio del cirujano contactará al hospital para programar su cirugía. La fecha y la hora de su cirugía dependen de varios factores, aunque las consideraciones más importantes son la disponibilidad de usted y de su cirujano.

Antes de su cirugía

Registro previo/oficina administrativa

El departamento de registro previo de **CHRISTUS Santa Rosa Health System** le llamará antes de su cirugía para revisar la información del seguro. Si su seguro requiere un copago, deducible o coaseguro, el personal de registro previo se lo notificará y le solicitará que haga el pago antes o en el momento del servicio. El personal de registro previo le proporcionará un estimado de su responsabilidad total como paciente de su estancia en el hospital. Si usted no puede pagar el total antes de la cirugía, le ayudaremos a establecer arreglos de pago para el saldo restante. Por favor, traiga su(s) tarjeta(s) de seguro y una identificación con fotografía el día de su cirugía, así como una copia de sus instrucciones anticipadas o su poder legal duradero para atención médica. El departamento de registro previo puede responder sus preguntas, de lunes a viernes, de 8:30 a.m. a 5 p.m., al llamar a:

210.294.8021 - CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *Alamo Heights*

210.705.6197 - CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *Medical Center*

830.643.6185 - CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *New Braunfels*

512.753.3760 - CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *San Marcos*

210.704.4400 - CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *Westover Hills*

Contacte a su compañía de seguros

Los pacientes que no tienen Medicare necesitarán contactar a su compañía de seguros directamente. El número de teléfono debería estar en el reverso de su tarjeta de seguro. Usted necesitará averiguar si se requiere una certificación previa, una segunda opinión o una forma de remisión. Es muy importante que usted o el consultorio de su cirujano verifique esta información, dado que la falta de aclaración de estas preguntas puede dar como resultado una reducción de beneficios. También recuerde verificar la cobertura y los beneficios para lo siguiente:



- Equipo médico durable, como un andador, cómodo y banco/silla para ducha.
- Servicios de atención médica en casa y servicios de terapia ambulatoria. Pregunte sobre cualquier copago o gasto de bolsillo de los que usted será responsable, el número de consultas permitidas para fisioterapia, terapia ocupacional y enfermería, así como durante qué periodo de tiempo (con frecuencia por año calendario).
- Si tiene una póliza de seguro de atención de largo plazo, averigüe si tiene un beneficio para asistencia adicional en casa a través de una agencia privada (por lo general, compañía y asistencia de atención personal). Por favor, programe estos servicios con anticipación.
- Si usted y su médico acuerdan que puede necesitar que se le dé de alta a un centro de enfermería especializada o un centro de rehabilitación para pacientes hospitalizados, verifique su cobertura y sus beneficios para estos servicios y obtenga una lista de centros dentro de la red para considerarlos. La mayoría de las compañías de seguros privadas requieren autorización previa para este nivel de atención y no aprobarán estos servicios sino hasta que se haya revisado su expediente médico, incluidas las evaluaciones de terapia, después de la cirugía. Recorra algunos centros, si es posible, y hágase una idea de qué centro prefiere.

PARA SU REFERENCIA:

Nombre y número de teléfono del cirujano:

_____ Teléfono: _____

Nombre y número de teléfono de la compañía de seguros:

_____ Teléfono: _____

Seleccione a un cuidador

El programa de cuidador de CHRISTUS Santa Rosa Health System se desarrolló para que los familiares y los amigos participen en su atención durante su estancia y cuando regrese a casa. Un cuidador es cualquier persona que usted elija. Puede ser un familiar o un amigo que esté interesado y disponible para participar en su atención.

El personal considerará a esta persona un integrante de su equipo de atención médica y deberá acompañarle al mayor número posible de sus consultas con el médico y en el hospital. También se le entregará un gafete para que lo porte, de modo que el personal sepa que esta persona es parte de su equipo de atención.

Si usted vive solo, es mejor que haga arreglos con sus familiares o amigos que puedan visitarle y pasar un tiempo con usted cada día. Ellos podrán asistirle con la preparación de comidas, la lavandería y otras actividades diarias que usted no podrá realizar cuando recién vuelva a casa.

Antes de dejar el hospital, el equipo le ayudará a determinar si es seguro y tiene el apoyo suficiente para irse a casa, o pueden sugerirle una estancia breve en un centro especializado para terapia.

Use este espacio para registrar el nombre y la información de contacto de su cuidador o enumere los posibles cuidadores si todavía no ha seleccionado a uno.



Cuidador:

_____ Teléfono: _____

Posibles cuidadores:

_____ Teléfono: _____

_____ Teléfono: _____

_____ Teléfono: _____

Clases educativas sobre cirugía de articulación

Si usted es candidato a un reemplazo de articulación, es altamente recomendable que acuda a una de nuestras clases educativas sobre cirugía de articulación que se imparten SIN COSTO. Nuestra experiencia nos ha enseñado que los pacientes que asisten a estas clases están más preparados para la cirugía y tienen una mejor experiencia de recuperación que aquellos que no asisten. Es igual de importante que asista su cuidador y/o cónyuge. En la clase se proporciona información sobre lo que usted puede esperar antes, durante y después de la cirugía, además de que nuestro personal experimentado puede responder todas sus preguntas.

¿Cómo funciona la inscripción a la clase?

Una vez que su cirujano haya programado su cirugía en un hospital de CHRISTUS Santa Rosa, se le enviará a un vínculo para que vea nuestro video de la clase de preparación en línea.

Programe y asista a la sesión de prueba previa a la anestesia

El centro de prueba previa a la anestesia (PAT) le contactará por teléfono tan pronto como sea posible antes de la fecha de su cirugía para hablar sobre su información médica personal, que incluye enfermedades y alergias previas, así como sus medicamentos actuales. Con base en su historial y las órdenes de su cirujano, es posible que el personal de PAT necesite programarle para una consulta a fin de hacerle algunas pruebas, como un electrocardiograma (EKG), análisis de laboratorio o radiografías.

Registre su lista de medicamentos

Además de las pruebas específicas, el personal de PAT revisará sus medicamentos actuales. Por favor, traiga una lista de sus medicamentos y suplementos de venta libre, incluido el nombre del medicamento, la dosis, la frecuencia con la que lo toma y por qué lo toma. El personal también iniciará su enseñanza previa a la operación, que incluye instrucciones sobre cómo bañarse, qué artículos traer al hospital y dónde y cuándo llegar el día de su cirugía. Se puede anotar esta información en el interior de la portada de este libro para consultarla en forma rápida. Entendemos que muchos pacientes toman medicamentos para aliviar el dolor. Es extremadamente importante que confíe esta información a su equipo de atención médica para que podamos tratarle de manera efectiva su dolor después de la operación.

Haga los ejercicios previos a la operación

Es importante que fortalezca los músculos antes de someterse a la cirugía. Esto le ayudará con su recuperación. Haga los ejercicios al menos dos veces al día, aunque omita cualquier ejercicio que sea doloroso.

Deje de fumar

Si fuma, intente dejarlo o al menos disminuya la frecuencia durante varias semanas antes de la cirugía. Esto aumentará su capacidad de sanación y reducirá la probabilidad de tener problemas pulmonares o infecciones después de la cirugía. Si necesita ayuda, por favor consulte o hable con su médico de atención primaria. Por favor, tome en cuenta que **CHRISTUS Santa Rosa Health System** es un campus libre de tabaco.

Pérdida de peso

Los pacientes obesos están en un mayor riesgo de tener complicaciones después de la cirugía de reemplazo de articulación. Una curación de heridas más lenta, índices de infección más altos y un proceso de rehabilitación más prolongado son tan solo tres de las posibles dificultades que puede presentar una persona con problemas de peso. Puede tener tiempo para perder peso antes de su cirugía de reemplazo de articulación. Incluso perder unas cuantas libras puede reducir el riesgo de complicaciones y favorecer una recuperación oportuna. Por favor, hable con su médico para hacer una cita con un nutriólogo.

Participe en la planificación de su alta

Nuestro objetivo para los pacientes de reemplazo de articulación es darles de alta para ir a casa cuando su médico considere que es seguro. Es posible que todavía requiera ayuda de su sistema de apoyo, que puede incluir cuidadores u otro familiar, amigos, vecinos, colegas de trabajo o miembros de la iglesia.

Cuando se vaya a casa

Nuestro objetivo compartido es que usted regrese a casa después de su cirugía. Irse a casa y participar en la terapia de atención en casa o en la terapia ambulatoria es el proceso habitual para los reemplazos de articulación electivos.

Es muy importante identificar a un cuidador/equipo de atención para que le brinde asistencia y apoyo en su casa durante la primera semana, incluido el transporte a casa. Después de la primera semana, comuníquese con aquellas personas que puedan brindarle asistencia adicional en varios momentos durante el día. Por ejemplo, planifique que alguien prepare sus comidas y/o le brinde asistencia cuando sea necesario en la noche. Identifique a alguien que le proporcione transporte a las citas de seguimiento y la terapia de rehabilitación ambulatoria si el médico se lo ordena.

NOTA: También hay servicios privados de atención en casa disponibles que se pueden cubrir bajo un seguro de atención de largo plazo o pagarse en forma privada. Su gerente de casos hará los arreglos para los servicios de atención médica en casa o rehabilitación ambulatoria durante su hospitalización, que por lo general comienzan de 24 a 48 horas después del alta.



Diez días antes de la cirugía

Prepare su casa con anticipación usando la siguiente lista de verificación:

- Retire las alfombras para evitar resbalarse o caerse.
- Instale luces nocturnas.
- Reduzca el tránsito de mascotas y retire objetos pequeños del piso (de ser posible, deje a las mascotas con otro familiar o amigo durante las primeras dos semanas).
- Disponga de una silla firme con descansabrazos. Le hará más fácil levantarse y sentarse. Puede elevar la altura del asiento al colocar un almohadón de espuma (no almohadas) sobre el asiento.
- Asegúrese de que las suelas de los zapatos sean antideslizantes y que tengan buen soporte con talonera (que no sean zapatos sin talonera ni chancletas).
- Coloque los artículos importantes y de uso frecuente donde los pueda alcanzar con facilidad (de preferencia cerca del cuerpo y entre la altura de los ojos y de la cadera) en la cocina, el baño, el closet y el vestidor.
- El colchón de su cama debe tener una altura tal que pueda tocar el suelo con los pies sin problemas.
- En el baño, puede necesitar colocar un elevador de asiento del inodoro o un cómodo sobre el inodoro para aumentar la altura.
- Un banco o silla para ducha puede ser conveniente para su seguridad y para que conserve su energía.
- Use barras de agarre alrededor de la tina/ducha para ayudarse a tener equilibrio cuando entre y salga.
- Use tapetes de goma antideslizantes en la tina.
- Coloque jabón líquido en un lugar fácil de alcanzar.
- Asegúrese de que todos los pasamanos de la escalera estén firmes y que sea seguro usarlos.
- Haga un plan de comidas saludables para su recuperación. Prepárese con anticipación o pida ayuda a sus amigos y familiares.

Necesidades de equipo

Su equipo de rehabilitación le hará recomendaciones sobre el equipo de casa y de cuidado personal que puede incluir un asiento elevado de inodoro, barras de agarre, cómodo o equipo de cuidado personal con agarraderas largas como un alcanzador, un calzador de calcetines, una esponja con agarradera larga o un calzador de zapatos. Este equipo le ayudará mantener sus precauciones para la articulación durante las tareas diarias básicas.

Encuentre y limpie cualquier equipo que haya usado antes, como un andador, cómodo o banco/silla para ducha, antes de la cirugía a fin de que esté listo para usarse cuando regrese a casa. No cambie su dispositivo de asistencia ni camine sin un dispositivo de asistencia sino hasta que su cirujano o fisioterapeuta se lo autorice.

Adhiérase a las precauciones para la cadera sobre las que haya hablado con su médico y su personal de rehabilitación, de haberlas. Si tiene un andador, planifique que un familiar o cuidador se lo traiga al hospital el día posterior a la cirugía para asegurarse de que se le ajuste en forma correcta.



Tres días antes de la cirugía

Comidas y bebidas

Usted deseará tener abundantes comidas fáciles de preparar y bocadillos ricos en nutrientes disponibles cuando regrese a casa. Puede ser muy útil preparar comidas con anticipación y congelarlas en recipientes de porciones individuales. Comer una dieta bien balanceada que incluya amplias cantidades de proteínas le ayudará a su curación. También debería prestarle atención especial al consumo de fibra.

Una dieta alta en fibra puede ayudar a prevenir y tratar el estreñimiento. Esto es importante porque la disminución de la movilidad y muchos medicamentos para el dolor pueden causar estreñimiento. Los alimentos que aportan la mayor cantidad de fibra son los granos enteros, las frutas y las verduras. También es extremadamente importante mantenerse hidratado (beber muchos líquidos) antes de su reemplazo de articulación. La deshidratación desacelera el metabolismo, lo que puede desacelerar la sanación. También puede conllevar a fatiga, disminución de la presión arterial y estreñimiento. A menos que un médico le haya dicho que restrinja su ingesta de líquidos, usted debe comenzar a beber ocho onzas (236 ml) de agua por cada 20 libras (9 kg) de su peso cada día durante los tres días previos a la cirugía.



Preparaciones finales de su casa

Repase la lista de verificación de seguridad en casa de la página 9. Debe ser capaz de explicar los detalles de su entorno en casa a sus terapeutas. Es útil tomar fotos, medir las alturas del inodoro/la silla y seleccionar una silla de la altura adecuada con un asiento y descansabrazos firmes. Empaque ropa holgada y lavable (por ejemplo, pantalones cortos deportivos) para llevarla al hospital.

El día antes de la cirugía

Comidas y bebidas

NO COMA, NI BEBA, NI CONSUMA GOMA DE MASCAR NI CARAMELOS NI MENTAS después de la medianoche anterior a su cirugía, a menos que le indiquen lo contrario, excepto por un sorbo pequeño de agua para tomar medicamentos.

Baño y medicamentos

En la clase educativa sobre la cirugía de articulación o el personal de enfermería de la prueba previa a la anestesia (PAT) durante su consulta previa a la operación le entregarán las instrucciones y un jabón especial para bañarse. En la consulta de PAT le hablarán sobre los medicamentos.



El día de la cirugía

Admisión y registro

El día de la cirugía le pedirán que llegue al hospital aproximadamente dos horas antes de su cirugía para que tengamos tiempo suficiente a fin de prepararle en forma segura para el procedimiento.

CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *Alamo Heights* | 403 Treeline Park | San Antonio | TX 78209

CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *Medical Center* | 2827 Babcock Road | San Antonio | TX 78229

CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *New Braunfels* | 600 North Union Avenue | New Braunfels | TX 78130

CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *San Marcos* | 1301 Wonder World Dr. | San Marcos | TX 78666

CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *Westover Hills* | 11212 State Highway 151 | San Antonio | TX 78251

Preparación quirúrgica

Se le llevará a su habitación en el área de servicios para pacientes ambulatorios, donde le prepararán para la cirugía.

Por lo general, esto se lleva 90 minutos e incluye revisar sus medicamentos que toma en casa, hacer una evaluación física, comenzar con una línea intravenosa (IV) y administrarle los medicamentos previos a la operación. Su familia puede acompañarle durante esta etapa o podemos llevarles a su habitación cuando usted esté listo. Antes de la cirugía, un anestesiólogo evaluará su historial médico, los valores de sus análisis de laboratorio y los resultados de sus pruebas para elaborar un plan de anestesia. Hablarán sobre los riesgos y beneficios, así como cualquier complicación o efectos secundarios que pudieran ocurrir.

Por su seguridad, le haremos varias veces las mismas preguntas sobre su identidad, sus medicamentos y alergias, escanaremos su pulsera antes de darle medicamentos y mantendremos elevados los barandales laterales de su cama. Dado que su privacidad es importante para nosotros, cerraremos las puertas de su habitación privada y las cortinas por para su privacidad, además de que limitaremos la conversación sobre su información personal a los cuidadores que participarán en su cirugía. Nuestro objetivo es que usted esté lo más cómodo posible antes, durante y después de su procedimiento.

Si bien es normal esperar cierta incomodidad después de la cirugía, trabajaremos con usted, el equipo de anestesia y su cirujano para encontrar el alivio del dolor más rápido y más seguro posible. Si bien hacemos nuestro mejor esfuerzo para prevenir demoras en la cirugía, a veces son inevitables por una variedad de razones. Por ejemplo, es posible que su médico esté en otra cirugía que se esté demorando más de lo esperado o que una operación anterior en su sala de operaciones programada se pueda llevar más tiempo de lo anticipado. Entendemos que las demoras causan ansiedad para usted y su familia. Le mantendremos actualizado para que sepa qué esperar.

Alrededor de 30 minutos antes de su cirugía programada, el personal de anestesia y un enfermero de la sala de operaciones le ayudarán a dirigirse a la sala de cirugía para su preparación. A su familia se le enviará de nuevo al área de espera para familias. Hay un tienda de regalos con una variedad de artículos para su conveniencia.

Área de apoyo para familias de cirugía

CHRISTUS Santa Rosa Health System brindará actualizaciones a su familia y se asegurará de que estén disponibles para hablar con el cirujano después de que el procedimiento termine. De manera adicional, un enfermero brindará actualizaciones oportunas a su familia durante la operación y las fases de recuperación. Las políticas sobre visitantes difieren según las instalaciones y el protocolo de COVID-19.

Consulta con el cirujano

Cuando su cirugía haya terminado, el cirujano se reunirá con su familia y le informará sobre su evolución. Usted permanecerá en la sala de operaciones durante aproximadamente 30 minutos más mientras le colocan los vendajes posteriores a la cirugía y para que usted comience a despertar de la anestesia.

Recuperación después de la cirugía

Después de la cirugía, le llevarán a la sala de recuperación, donde el personal de enfermería especializado le monitoreará de cerca durante aproximadamente una a dos horas para asegurarse de que se recupere en forma segura y cómoda. La duración exacta de su permanencia en esta área es específica para cada paciente. Para la seguridad y la privacidad de todos nuestros pacientes, no se permiten visitantes en la sala de recuperación. Una vez que esté recuperado en forma segura, se le transferirá al piso médico/quirúrgico y se le notificará a su familia para que puedan reunirse con usted ahí.

Después de su cirugía

Plan de atención

Su personal de enfermería le guiará a su habitación y evaluará de manera continua su estado. El personal revisará e implementará un plan de atención que ordene su cirujano para que satisfaga sus necesidades individuales. Algunas de las cosas que usted puede esperar que haga su equipo de atención médica o en las que le pidan que participe inmediatamente después de la cirugía se enumeran a continuación:

- Monitorear sus signos vitales (presión arterial y temperatura).
- Preguntarle sobre su nivel de dolor y administración de medicamentos para el dolor según los necesite.
- Informarle que la anestesia puede causar entumecimiento/debilidad temporales en la pierna.
- Administrarle e instruirle sobre los medicamentos que le haya ordenado su cirujano.
- Evaluar su sitio quirúrgico y revisar sus tubos de drenado (si corresponde).
- Monitorear su ingesta/eliminación de fluidos, preguntarle sobre su última deposición y hablar sobre la prevención del estreñimiento.
- Ayudarle a pasar de una dieta de líquidos transparentes a una dieta con alimentos sólidos cuando usted pueda.
- Instruirle sobre el uso de su espirómetro de incentivo (dispositivo de ejercicios de respiración) para asegurarse de que su respiración es profunda y ayudarle a prevenir una neumonía.
- Colocarle la manguera de apoyo y los dispositivos de compresión en las extremidades inferiores para prevenir coágulos de sangre.
- Instruirle y motivarle con los ejercicios de flexiones de tobillo.
- Aplicarle un exfoliante de jabón antibiótico durante su estancia en el hospital para prevenir infecciones.
- Aplicación de hielo en la zona operada para prevenir la hinchazón y asistir con el control del dolor según lo necesite.
- Administrarle y monitorear anticoagulantes según lo que indique por su médico.
- Extraerle sangre para ciertas pruebas de laboratorio.
- Evaluar y abordar sus inquietudes sobre la seguridad durante su estancia.
- Inicio de su movilidad el día de la cirugía y después fisioterapia dos veces al día hasta que se le dé alta del hospital.
- Objetivos de fisioterapia: Acostarse en la cama y levantarse de la cama de manera independiente y caminar distancias dentro de su casa, subir y bajar escaleras, si es necesario, mientras mantiene las precauciones para la articulación total.
- Usted usará un andador con ruedas delanteras durante un mínimo de dos semanas. Puede traer un andador de su casa si tiene uno. Si no tiene un andador con ruedas delanteras, por favor contacte al consultorio de su cirujano para obtener una receta antes de la cirugía. Durante su estancia en el hospital, por favor traiga su andador para que el terapeuta se pueda asegurar de que esté bien ajustado para su estatura.
- La terapia ocupacional puede comenzar una vez todos los días a partir del día posterior a la cirugía. La función de la terapia ocupacional es que usted y su cuidador reciban capacitación sobre las precauciones posteriores a la cirugía de reemplazo de articulación total, si tiene una, incluidas las instrucciones para mantener sus precauciones durante las actividades de la vida diaria.
- Sus objetivos de la terapia ocupacional son demostrar independencia con las actividades funcionales y las tareas básicas como vestirse, higiene del baño y entrar y salir de un vehículo, la tina o la ducha.
- Su terapeuta le hará recomendaciones para el equipo de casa y de cuidado personal, que puede incluir un asiento elevado de inodoro, un cómodo, barras de agarre y equipos adaptativos con agarraderas largas, como un alcanzador, un calzador de calcetines o una esponja con mango largo.
- Continuación del proceso de planificación del alta.

Manejo del dolor

El dolor es una ocurrencia natural de la cirugía, por lo que su manejo del dolor es muy importante para su recuperación. Es importante controlar su dolor para que usted pueda participar en su atención posterior a la operación y moverse a su alrededor en la terapia. Le pedirán que fije un objetivo de alivio del dolor realista cada día.

Su objetivo es el nivel en el que pueda realizar sus actividades diarias de manera cómoda y exitosa. Su dolor no debería

interferir con su capacidad para respirar profundamente, toser cuando lo necesite, dormir, hablar con su familia y sus cuidadores, así como participar en las actividades que ayudan a su recuperación.

Existen muchas opciones de tratamiento para el dolor. Su cirujano le recetará medicamento para el dolor a fin de ayudarlo a mantenerse cómodo después de su cirugía. En el hospital, pueden administrarle medicamentos para el dolor por vía intravenosa (IV), una bomba para el dolor o una combinación con medicamentos orales.

Otros métodos de manejo del dolor incluyen elevar o aplicar compresión en el área de incomodidad, el uso de terapia fría, relajación, distracción, ejercicio y servicios de terapia. Su equipo de atención médica hará todo lo posible por hacerle sentir lo más cómodo posible. Informe a su personal de enfermería cuando tenga un dolor incontrolable o si el dolor no se alivia con el método de manejo del dolor.

Planificación del alta

Como un proceso continuo desde antes de la cirugía, la planificación de su alta continuará durante su estancia en el hospital. Nuestro objetivo para los pacientes de reemplazo de articulación es darles de alta para que regresen a casa cuando su médico considere que es seguro con servicios de atención médica en casa o de rehabilitación para pacientes ambulatorios.

Es posible que usted pueda regresar a casa y comenzar a participar en la rehabilitación ambulatoria de inmediato. Si este es el caso, su cirujano le dará una prescripción y el hospital le puede ayudar a programar su cita inicial.

Si su nivel de función le permite ir directamente del hospital a su casa, aunque no de inmediato a la rehabilitación ambulatoria, su gerente de casos le ayudará a organizar servicios de atención médica en casa. Estos servicios incluyen terapia y enfermería en su casa.

Si usted no puede caminar distancias similares a las que camina en casa, si tiene asistencia disponible limitada o no ha cumplido con sus objetivos de rehabilitación, puede necesitar que le den de alta para ir a un centro de rehabilitación con estancia o con enfermería especializada para terapia adicional.



Regreso a casa

Instrucciones para el alta

- **RECUERDE** equilibrar periodos de ejercicio con periodos de descanso.
- **CAMBIE** de posición y muévase con frecuencia (al menos una vez por hora).
- **SIEMPRE** use un andador o muletas, según lo que le prescriba su terapeuta y/o su cirujano, para caminar o moverse de un lugar a otro.
- **SIGA** las precauciones para levantar peso según se lo indique por el fisioterapeuta y/o el cirujano.
- **EVITE** agacharse y estirarse al mantener los objetos de uso frecuente a la altura de los ojos y la cadera cuando esté parado y cerca de su silla cuando esté sentado.
- **USE** zapatos antideslizantes de tacón bajo en todo momento cuando esté de pie.
- **USE** medias de soporte, si se lo indica su enfermero o su cirujano.
- **TOME** todos los medicamentos exactamente como se lo ordene su cirujano.
- **NO CRUCE** las piernas ni los tobillos.
- **NO SE PARE** en un solo lugar durante más de 5 a 10 minutos.
- **NO SE SIENTE** en sillas ni en camas bajas blandas .
- **NO USE** tina de hidromasaje, ni bañera,, ni jacuzzi, ni piscina, ni bicicleta fija, ni bicicleta sino hasta que su fisioterapeuta o su cirujano se lo indique.
- **NO CONDUZCA** un vehículo sino hasta que su cirujano le dé su aprobación para hacerlo.
- **NO se arriesgue.** Pida ayuda cuando la necesite.



Precauciones

Prevención de coágulos de sangre: Los coágulos de sangre son graves y ocurren con más frecuencia en personas que no se pueden mover bien a su alrededor o que han tenido una cirugía en forma reciente. Los coágulos de sangre que se forman en las venas de las piernas, los brazos y las ingles se pueden desprender y desplazarse hacia otras partes del cuerpo, que incluyen los pulmones, lo que puede ser un riesgo de muerte. Es importante conocer los signos y recibir tratamiento de inmediato.

Los signos y síntomas de una trombosis venosa profunda (coágulo de sangre) incluyen:

- Hinchazón, por lo general en una pierna (o un brazo).
- Dolor o sensibilidad en la pierna que con frecuencia se describe como un calambre muscular.
- Coloración rojiza o azulada en la piel.
- Pierna (o brazo) caliente al tacto.

Alerte al personal de enfermería o al médico lo antes posible si usted tiene estos síntomas, porque puede necesitar tratamiento de inmediato.

Usted puede ayudar a prevenir los coágulos de sangre si:

- Usa ropa, calcetines o medias holgadas.
- Eleva las piernas seis pulgadas (15 cm) por encima del corazón de vez en cuando.
- Hace ejercicios de flexiones de tobillo 10 veces cada hora a lo largo del día.
- Usa medias especiales (antiembólicas) si su médico se las prescribe.
- Hace los ejercicios que le indique su médico.
- Cambia de posición con frecuencia, en especial durante un viaje largo.
- No se pare ni se siente durante más de una hora continua.
- Coma menos sal.
- Intente no golpearse ni lastimarse las piernas y no cruzarlas.
- No use almohadas debajo de las rodillas.
- Tome todos los medicamentos que el médico le recete.

Llame al 911 de inmediato si usted tiene:

- Dolor en el pecho.
- Dificultad para respirar.
- Cualquier dolor severo inesperado o sensibilidad en la pantorrilla o el brazo.

Notifique a su médico si nota:

- Nueva hinchazón en el brazo o la pierna.
- Enrojecimiento de la piel.
- Molestia o dolor en el brazo o la pierna.
- Un punto caliente en el brazo o la pierna.

Precauciones para proteger su nueva articulación:

RODILLA:

- No gire la rodilla.
- No se arrodille.
- No cruce las piernas.
- No coloque una toalla enrollada ni una almohada debajo de la rodilla por comodidad (solo para los ejercicios que le indique su fisioterapeuta).

CADERA: (Durante los primeros tres meses existe un mayor riesgo de dislocación)

- Para los abordajes anterior y lateral, el mayor riesgo es con la extensión (enderezar la cadera) y la rotación externa (girar la pierna/el pie hacia afuera).
- Para el abordaje posterior, el mayor riesgo es con la flexión en exceso de la cadera (agacharse más de 90 grados) y la rotación interna (girar la pierna/el pie hacia adentro).
- Otros riesgos de dislocación son la edad, la pérdida ósea, la artritis reumatoide y la función cognitiva.



Precauciones

Actividad sexual

Por lo general, la mayoría de las personas pueden reanudar la actividad sexual de cuatro a seis semanas después de la cirugía. La sanación de su incisión habrá ocurrido para ese entonces y la sanación de los tejidos blandos estará en proceso. Usted podrá comenzar con su actividad sexual cuando se sienta física y mentalmente listo para tener un entendimiento claro de las precauciones necesarias para proteger su nueva articulación.

Dieta

Su apetito podría disminuir durante un tiempo, así que beba muchos líquidos para prevenir la deshidratación y el estreñimiento. Dado que la buena nutrición juega un importante papel en el proceso de sanación, comer una dieta bien balanceada le aportará un beneficio. Si tiene poco apetito, ingerir comidas pequeñas frecuentes o agregar un suplemento nutricional como Ensure, Boost o Resource puede aportarle un beneficio hasta que vuelva a comer con normalidad.

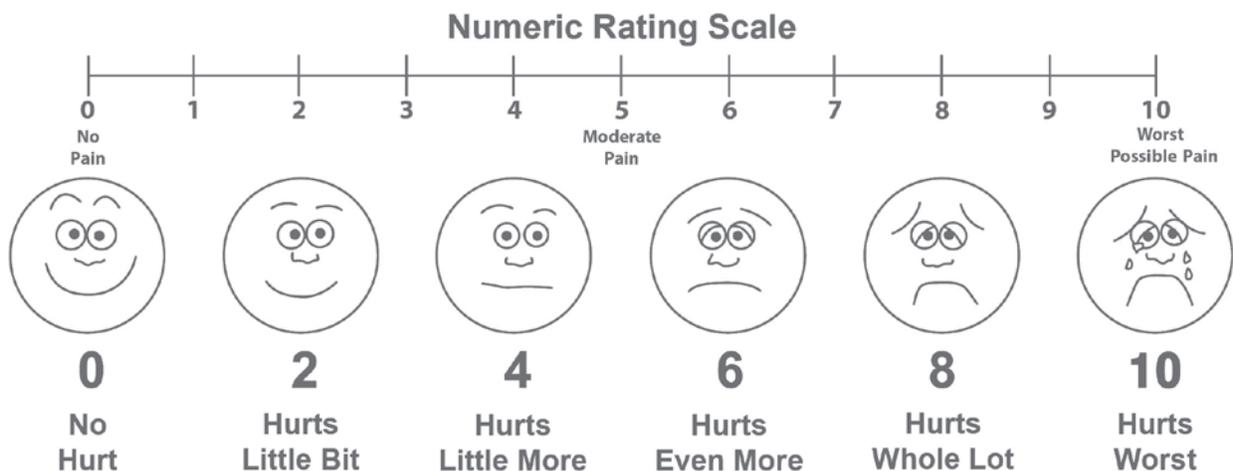


Medicamentos

Su cirujano le dará instrucciones sobre cuándo reanudar los medicamentos que tomaba en casa antes de su cirugía. El personal de enfermería o el farmacéutico también le dará instrucciones sobre cualquier nuevo medicamento que le hayan recetado. Su cirujano le puede recetar un anticoagulante, también llamado adelgazante de sangre. Este tipo de medicamento se usa con frecuencia después de una cirugía de reemplazo de articulación para ayudar a prevenir la formación de coágulos de sangre. Su cirujano determinará si este tipo de medicamento es adecuado para usted.

Manejo del dolor en casa

Cuando regrese a casa, lo más probable es que tome medicamentos orales para el control del dolor. Tomar sus medicamentos como se los receten es muy importante para controlar su incomodidad. Es buena idea tomar el tiempo de sus sesiones de terapia o ejercicios para que comiencen alrededor de 30 a 45 minutos después de su dosis de medicamento para el dolor. Esto mejorará su capacidad para participar plenamente en sus ejercicios. El uso de bolsas de hielo también le ayudará a aliviar la incomodidad.



Wong-Baker FACES® Pain Rating Scale

©1983 Wong-Baker FACES® Foundation. www.WongBakerFACES.org
Used with permission.

Cuidado de su incisión

El cuidado adecuado de sus sitios de incisión quirúrgica es importante para ayudar a prevenir infecciones.

Atención en casa

- Tome baños con esponja hasta que su médico le indique que puede mojar la incisión.
- Cuando le permitan tomar una ducha, lávese cuidadosamente su incisión con agua y jabón. Enjuague bien la incisión. Luego séquela con golpecitos suaves. No frote la incisión ni se aplique cremas ni lociones. El personal de enfermería que le dé de alta hablará en detalle con usted y su cuidador sobre cómo cuidar sus incisiones y vendajes.

Medias de soporte

Le darán de alta del hospital con medias de soporte (antiembólicas). Las medias proporcionan compresión y están diseñadas para prevenir coágulos de sangre, y se deben retirar durante un máximo de 30 minutos cada 12 horas. Revise si su piel está irritada. Cuando estas medias se lavan, se deben colgar para que se sequen o se deben secar solo con aire en la secadora, dado que el calor puede romper los componentes de compresión.

Llame a su médico de inmediato si tiene

- Fiebre de 100.4°F (38°C) o más alta, o escalofríos con temblor.
- Rigidez o incapacidad para mover la rodilla.
- Aumento de la hinchazón en la pierna.
- Aumento de enrojecimiento, sensibilidad o hinchazón en o alrededor de la incisión de la rodilla o la cadera.
- Supuración de la incisión de la rodilla o la cadera.
- Aumento del dolor en la rodilla o la cadera.



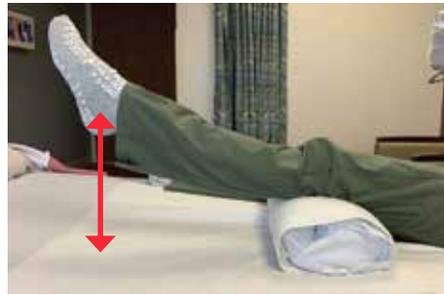
Ejercicios posteriores a la cirugía



FLEXIONES DE TOBILLO



EJERCICIOS DE TENDONES



EJERCICIOS DE CUÁDRICEPS DE ARCO CORTO



EJERCICIOS DE CUÁDRICEPS



EJERCICIOS DE GLÚTEOS

Ejercicios de reemplazo de cadera

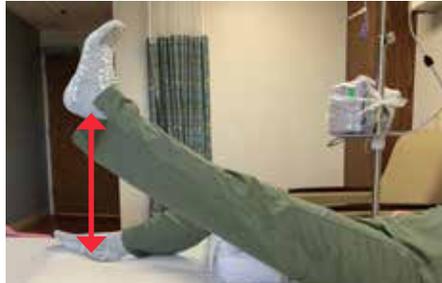


FLEXIÓN
DE CADERA
ASISTIDA



ABDUCCIÓN DE
CADERA
ASISTIDA

Ejercicios de reemplazo de rodilla



ELEVACIONES
DE PIERNA
EXTENDIDA



FLEXIÓN Y
EXTENSIÓN
DE RODILLA
ASISTIDA

Ejercicios de reemplazo de rodilla



FLEXIÓN DE
RODILLA
SENTADO



EJERCICIOS DE
CUÁDRICEPS
DE ARCO
LARGO



EXTENSIÓN DE
RODILLA CON
PUENTE



FLEXIÓN DE
RODILLA AL
COLGAR Y
SOLTAR

Su equipo de atención especializado

Es normal sentirse un poco ansioso por venir al hospital para una cirugía, pero recuerde que no está solo. Usted tendrá un equipo de atención médica completo enfocado en su seguridad y comodidad. Se requiere que todos los integrantes del equipo porten una identificación con fotografía y que se presenten con usted y su familia.

Cirujano

Su cirujano se reunirá con usted para explicarle el proceso y responderle cualquier pregunta que usted pueda tener antes de realizar su procedimiento. Después de que su cirugía termine, el cirujano hablará con su familia para darles actualizaciones sobre su condición.

Enfermeros

Participarán muchos enfermeros en su atención durante su hospitalización. Un enfermero registrado (RN) es responsable de la evaluación inicial y las continuas, así como de la atención directa. El RN también preparará un plan de atención para su estancia en el hospital y su recuperación después de que le den de alta.

Anestesiólogo

Antes de la cirugía, un anestesiólogo le hablará sobre su plan de anestesia y sus inquietudes sobre el manejo del dolor.

Anestesta enfermero registrado certificado

Los anestestistas enfermeros registrados certificados (CRNA) son enfermeros registrados que han tomado capacitación adicional específica sobre anestesia y que trabajan en conjunto con anestesiólogos para administrar anestesia y monitorear a los pacientes durante y después de la cirugía.

Asistente de enfermería certificado

Los asistentes de enfermería brindan un nivel de atención básico, que incluye, entre otros, las necesidades de cuidados de higiene, signos vitales, cambios de vendajes y ciertos procedimientos de pruebas.

Fisioterapeutas

Los fisioterapeutas tienen capacitación específica para pacientes de reemplazo de articulación. Le instruirán en un programa de ejercicios diseñado para mejorar la movilidad y la fortaleza alrededor de su nueva articulación.

Terapeutas ocupacionales

Los terapeutas ocupacionales están capacitados para ayudar a los pacientes a mejorar su función y recuperar la capacidad para realizar actividades de la vida diaria en el nivel más alto.

Gerente de casos

Los gerentes de casos estarán disponibles para brindarle asistencia en la identificación de planes posteriores al alta específicos con base en su situación y necesidades particulares. Los recursos del gerente de casos también están disponibles para preguntas relacionadas con la cobertura del seguro para los servicios necesarios después del alta u otras preguntas sobre la cobertura financiera.

Nutriólogo

El nutriólogo realiza pruebas de detección y evaluaciones de nutrición para implementar un plan de atención nutricional. Está disponible tanto para impartir educación sobre nutrición como para consultas del paciente sobre alergias, preferencias e inquietudes.

Terapeutas de respiración

Los terapeutas de respiración son especialistas en respiración que dan oxígeno y tratamientos respiratorios si es necesario.

Preguntas más frecuentes

A continuación se presenta un conjunto de las preguntas más frecuentes relacionadas con el proceso completo de su cirugía, incluido el proceso previo a su cirugía, el día de la cirugía, su estancia en el hospital y el proceso de su alta.

P. ¿Cuándo me puedo duchar?

R. Esto lo especificará el cirujano y se le comunicará durante su estancia en el hospital.

P. ¿Cuánto tiempo necesitare usar un andador?

R. Por lo general durante alrededor de dos semanas. Cuando sea apropiado según su progreso, cambiará al uso de un bastón.

P. ¿Estaré limitado en lo que podré hacer cuando regrese a casa?

R. Necesitará tener precauciones específicas durante un mínimo de cuatro a seis semanas, según se lo recomiende su cirujano.

P. ¿Tendré que permanecer en el primer piso de mi casa porque tengo escalera para llegar a mi habitación?

R. Si tiene escaleras en su casa, su fisioterapeuta le dará instrucciones y le pedirá que demuestre la seguridad en la escalera.

P. ¿Necesito ir a algún lugar para rehabilitación?

R. Cada paciente de reemplazo de articulación necesita cierto tipo de rehabilitación en las semanas posteriores a la cirugía. Las opciones incluyen rehabilitación ambulatoria, rehabilitación en casa (atención en casa), rehabilitación para paciente hospitalizado o con enfermería especializada. Su cirujano y el equipo de atención médica le indicarán sus necesidades específicas y el progreso de su terapia.

P. ¿Alguien me enseñará cómo debo realizar las actividades de la vida diaria antes de que salga del hospital?

R. Su terapeuta ocupacional le dará instrucciones sobre las tareas diarias y le pedirá que demuestre todas estas cosas.

HOJA DE INSTRUCCIONES PARA CIRUGÍA

Nombre: _____

Fecha de cirugía: _____ Hora de cirugía: _____ Hora de llegada: _____

CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *Alamo Heights* | 403 Treeline Park | San Antonio | TX 78209

CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *Medical Center* | 2827 Babcock Road | San Antonio | TX 78229

CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *New Braunfels* | 600 North Union Avenue | New Braunfels | TX 78130

CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *San Marcos* | 1301 Wonder World Dr. | San Marcos | TX 78666

CHRISTUS Santa Rosa Hospital - *Westover Hills* | 11212 State Highway 151 | San Antonio | TX 78251

A veces es necesario que un cirujano haga cambios en su horario. Si cambia la hora de su cirugía, se lo notificaremos lo antes posible.

NO COMA NI BEBA, NI CONSUMA GOMA DE MASCAR, NI CAMELOS NI MENTAS DESPUÉS DE LA MEDIANOCHE DEL _____. Es importante tener el estómago vacío cuando se someta a un procedimiento quirúrgico que requiera anestesia, dado que esto ayuda a prevenir una neumonía a causa de aspiración (regurgitación) del contenido y los ácidos del estómago hacia los pulmones.

Puede beber 8 onzas (236 ml) de líquido transparente antes de _____.

Por favor, tome estos medicamentos con sorbos de agua la mañana de su cirugía: _____

_____.

NO TOME estos medicamentos/suplementos catorce días antes del día de su cirugía: aspirina, ibuprofeno, Aleve, suplementos herbales, _____.

Por favor, verifique con su cirujano o médico recetante si debe suspender _____

_____.

Siga las instrucciones para bañarse que le dé el personal de la clínica previa a la cirugía. Bañarse/ducharse al usar este método ayuda a reducir la probabilidad de contraer infecciones en la herida después de la operación.

PACIENTES DIABÉTICOS: Por favor, hable con su médico sobre cómo tomar cualquier medicamentos para diabético (orales y/o inyectables). Si usted tiene una bomba de insulina, por favor consulte a su endocrinólogo para obtener instrucciones.

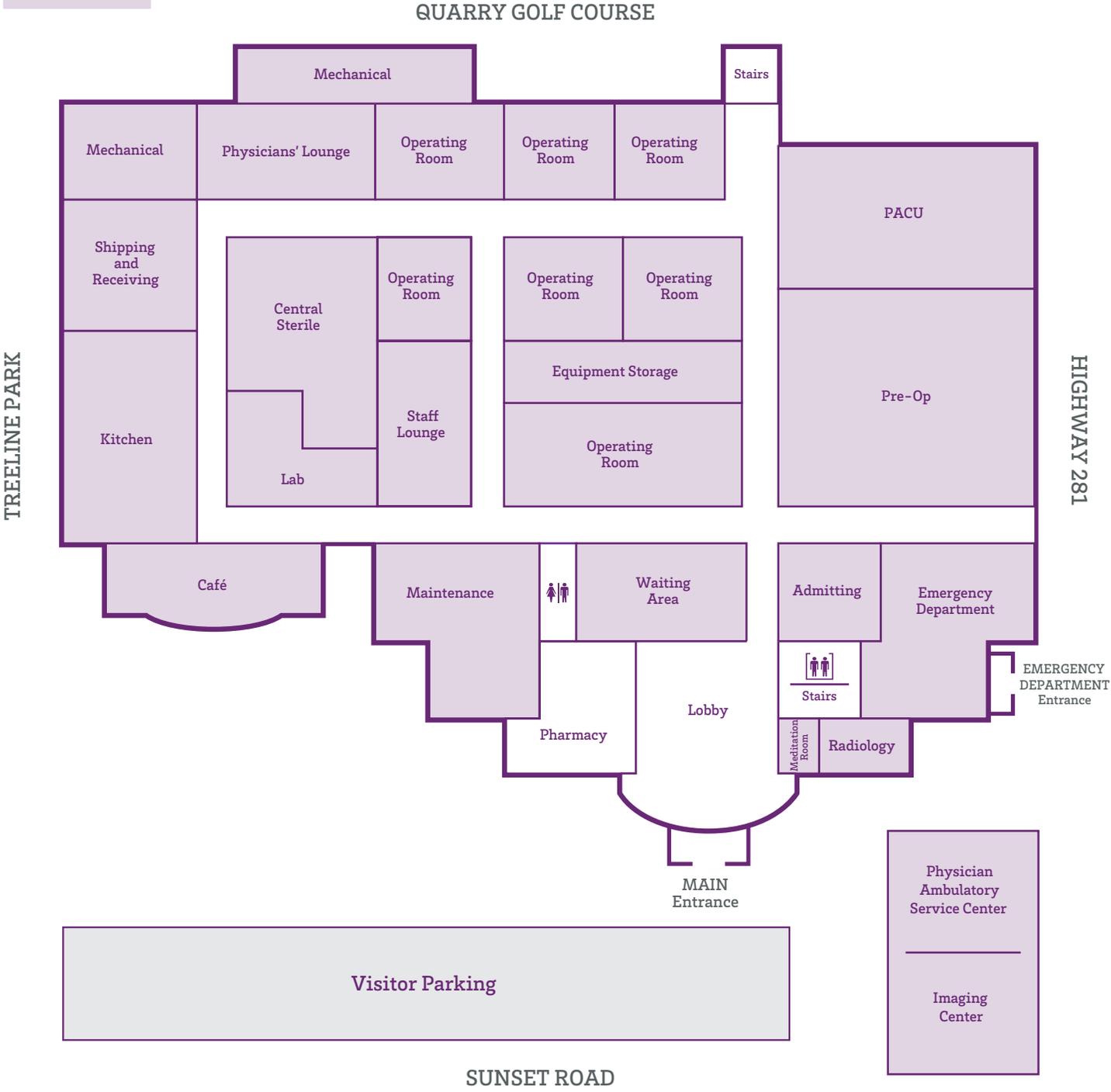
LEGEND

 Restrooms

 Elevators

Second Floor
Administration
Med/Surg Unit

Third Floor
Med/Surg Unit
CT



Buscador de médicos: 877.250.DOCS | ChristusSantaRosa.org/AlamoHeights

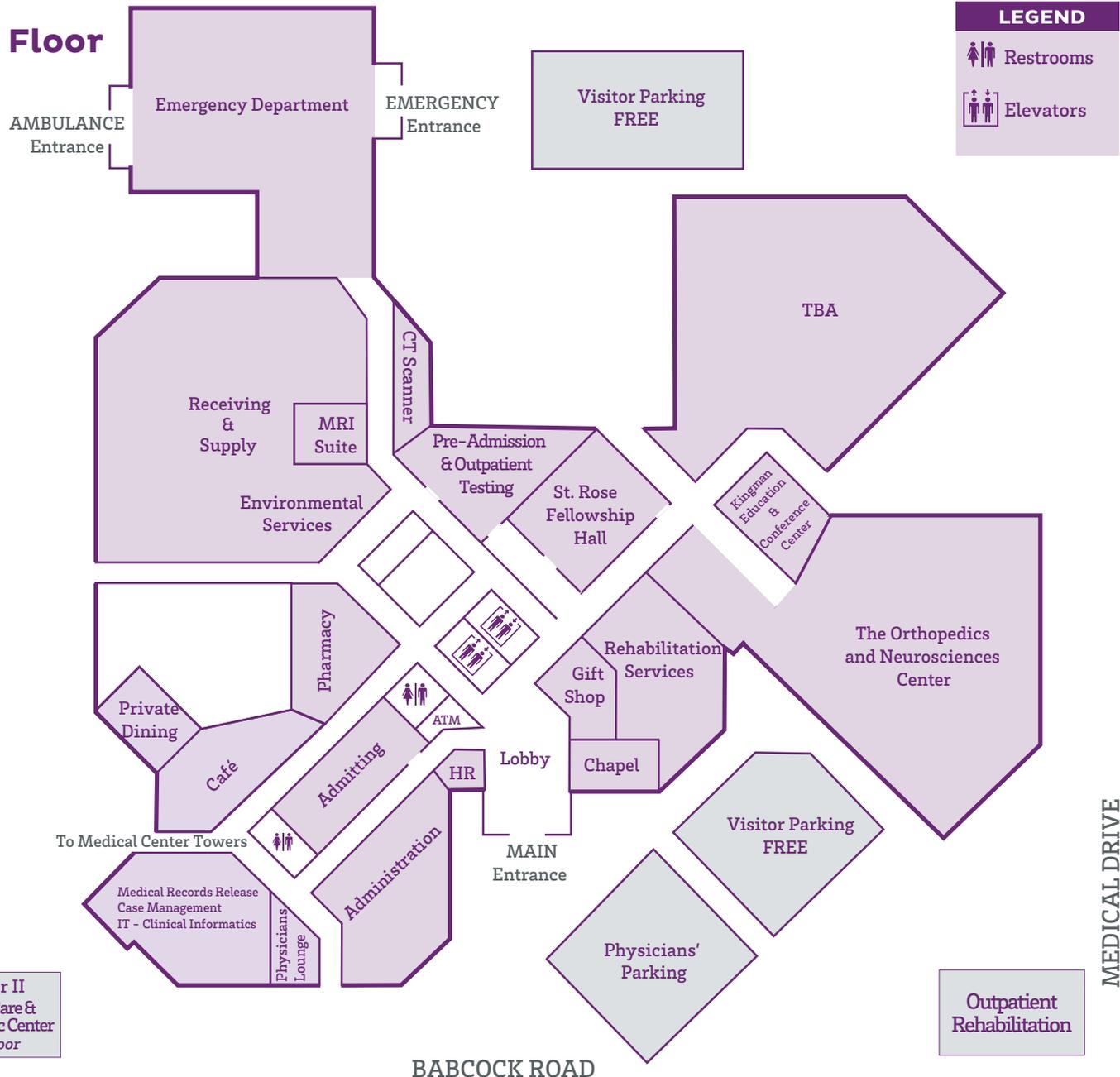
Nuestra misión: Ampliar el ministerio de sanación de Jesucristo.

First Floor

LEGEND

Restrooms

Elevators



Tower II
Wound Care &
Hyperbaric Center
1st Floor

BABCOCK ROAD

MEDICAL DRIVE

Outpatient
Rehabilitation

Second Floor	Third Floor	Fourth Floor
Cardiopulmonary EKG/EEG Radiology Special Procedures Sterile Processing	Cardiac Cathererization Lab Surgical Intensive Care Unit Medical Intensive Care Unit Surgery (Operating Rooms) PACU (Recovery Rooms) Surgical Waiting Rooms Pre-op/ Phase 2 Recovery Unit	Gastroenterology Lab Laboratory 4 West Telemetry/IMCU 4 North Telemetry/IMCU
Medical/Surgical Unit 2 West Medical Surgical/Dialysis 2 North Medical Surgical Surgery (Operating Rooms) Pre-Operative and Phase 2 Recovery Unit		



CHRISTUS[®] SANTA ROSA
Hospital - *Medical Center*

Buscador de médicos: 877.250.DOCS | ChristusSantaRosa.org/MedicalCenter

Nuestra misión: Ampliar el ministerio de sanación de Jesucristo.

LEGEND

- Restrooms
- Elevators
- Stairs



Buscador de médicos: 877.250.DOCS | ChristusSantaRosa.org/NewBraunfels

Nuestra misión: Ampliar el ministerio de sanación de Jesucristo.

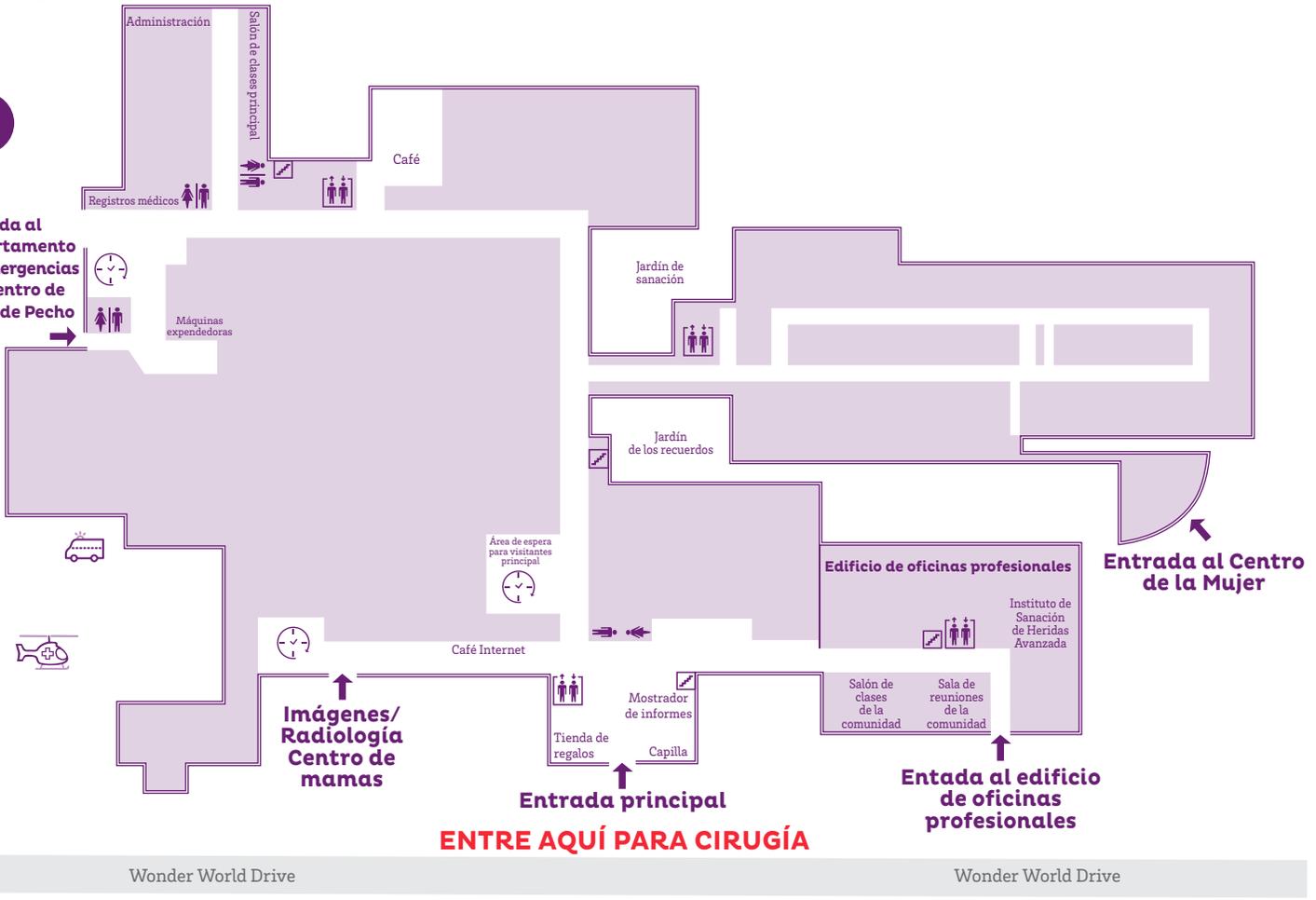
LEGEND

 Restrooms

 Elevators



Entrada al Departamento de Emergencias y al Centro de Dolor de Pecho



CHRISTUS® SANTA ROSA
Hospital - *San Marcos*

Buscador de médicos: 877.250.DOCS | ChristusSantaRosa.org/SanMarcos

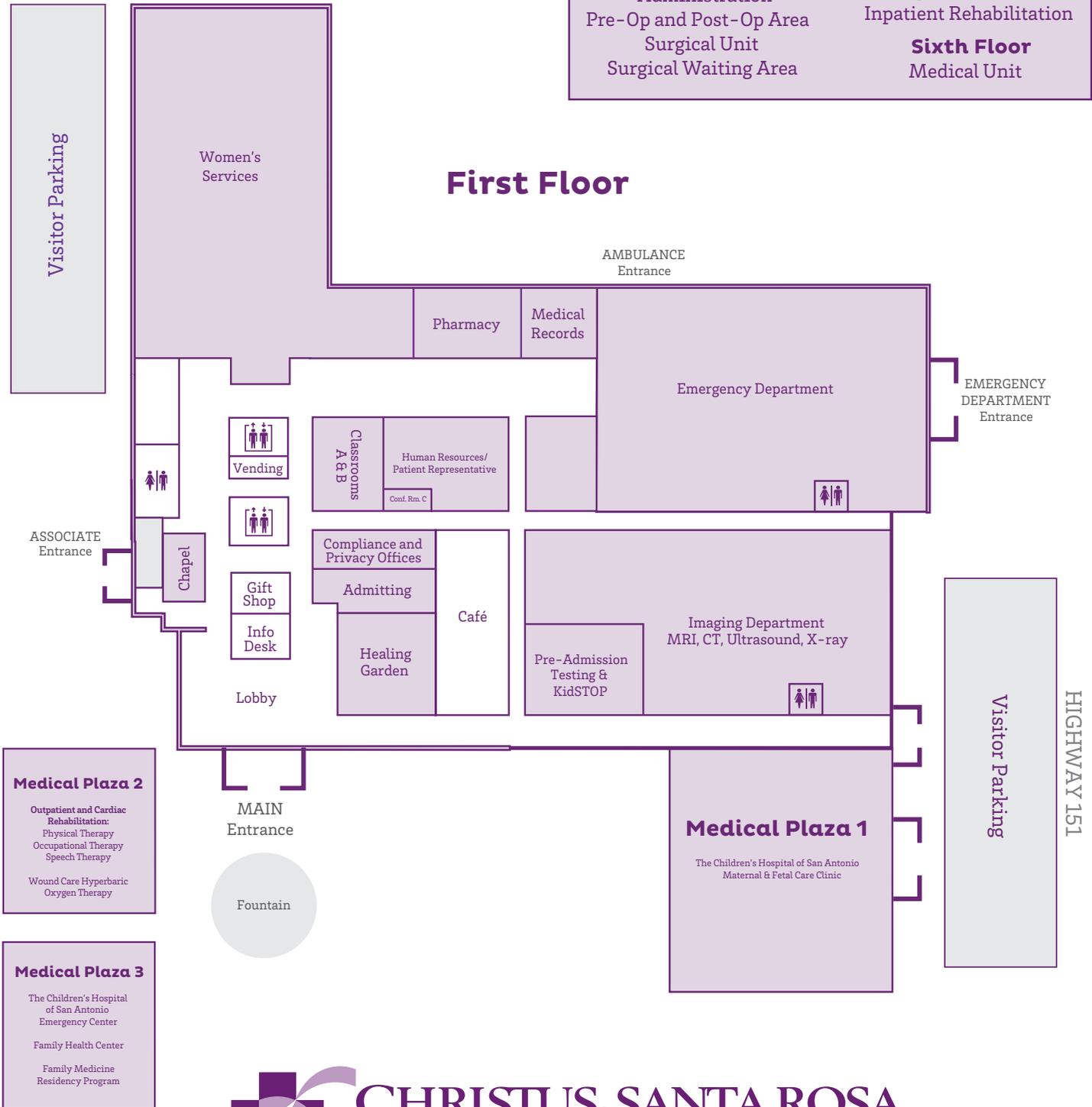
Nuestra misión: Ampliar el ministerio de sanación de Jesucristo.

LEGEND

 Restrooms

 Elevators

<p>Second Floor</p> <ul style="list-style-type: none"> Cardiac Cath Lab Conference Room E GI Lab Intensive Care Unit (ICU) ICU Waiting Area Administration Pre-Op and Post-Op Area Surgical Unit Surgical Waiting Area 	<p>Third Floor</p> <ul style="list-style-type: none"> Intermediate Care Unit <p>Fourth Floor</p> <ul style="list-style-type: none"> Telemetry Unit <p>Fifth Floor</p> <ul style="list-style-type: none"> Surgical Care Unit Inpatient Rehabilitation <p>Sixth Floor</p> <ul style="list-style-type: none"> Medical Unit
--	--



Medical Plaza 2

Outpatient and Cardiac Rehabilitation:
Physical Therapy
Occupational Therapy
Speech Therapy

Wound Care Hyperbaric
Oxygen Therapy

Medical Plaza 3

The Children's Hospital of San Antonio
Emergency Center

Family Health Center

Family Medicine
Residency Program



Buscador de médicos: 877.250.DOCS | ChristusSantaRosa.org/WestoverHills

Nuestra misión: Ampliar el ministerio de sanación de Jesucristo.

El día de su cirugía

- Deje los objetos de valor, incluidas todas las joyas, en casa.
- Por favor, deje todo el equipaje en su automóvil hasta después de la cirugía.

Para que su admisión sea lo más fluida posible, le solicitamos que traiga lo siguiente el día de su cirugía:

- Tarjeta del seguro
- Identificación con fotografía
- Copago (si se requiere)
- Una copia de su testamento en vida o poder legal duradero
- Máquina CPAP o BIPAP para la apnea del sueño si la usa en casa
- Gafas de lectura, auxiliares auditivos, dentadura postiza
- Dispositivos de asistencia si es necesario
- Traiga esta guía el día de la cirugía

Una lista de medicamentos actuales, dosis y horario que incluya las vitaminas y suplementos recetados y de venta libre. También incluya la fecha y la hora de su última dosis: _____

_____.

Enumere cualquier medicamento que haya suspendido como preparación para esta cirugía y la fecha de su última dosis: _____

_____.

Notas del día de la cirugía

Apéndice

Información del hospital

Santa Rosa Hospital – *Alamo Heights*

Números de teléfono

Número principal	210.294.8000
Admisión previa y pruebas	210.294.8021
Registro previo de pacientes	844.469.2778
Facturación	800.877.8623
Orientador de enfermería	210.294.8167

Teléfonos

Cada habitación está equipada con un teléfono junto a la cama. Para marcar un número externo al hospital, marque nueve y después el número de teléfono. Las líneas telefónicas siempre están abiertas.

Asesoría financiera y facturación

Los asesores financieros están disponibles para responder cualquier pregunta que pueda tener sobre su factura del hospital. Puede comunicarse con estos asesores al llamar al 822.877.8623.

Horarios de comidas para pacientes

CHRISTUS Santa Rosa Hospital – *Alamo Heights* ofrece servicio a la habitación para cada paciente. Puede comunicarse con el servicio a habitaciones al marcar MEAL (48080) desde su habitación. El horario de atención es de 6:30 a.m. a 5 p.m. Hay opciones de almuerzos y bocadillos en caja disponibles previa solicitud fuera de horario. Le darán un menú y podrá elegir entre una variedad de alimentos y bocadillos de la dieta que le ordene su médico. Para hacer un pedido puede llamar en cualquier momento durante el horario de atención. Se recomienda que llame de una a dos horas antes de su comida para asegurarse de que su bandeja llegue a tiempo. Esto reduce la probabilidad de que tenga que esperar su comida.

Nutriólogos registrados

Los nutriólogos registrados son expertos en nutrición. Si tiene alguna pregunta sobre su dieta o quiere saber más sobre los hábitos alimenticios saludables, por favor llame al 210.294.8084.

Cafetería

La cafetería está ubicada en el primer piso del hospital. Hay letreros colocados en todo el hospital para guiar a los visitantes. La cafetería abre a las 6:30 a.m. para el desayuno y cierra después de la cena a las 5 p.m. Los visitantes pueden cenar en el área de la cafetería o usar los recipientes portátiles si desean llevarse sus comidas a la habitación del paciente.

Máquinas expendedoras

Para los momentos en que la cafetería no esté atendiendo, hay máquinas expendedoras ubicadas en todo el hospital. Estas máquinas están en servicio las 24 horas del día.

Horarios de visita

Los horarios de visita y las limitaciones pueden variar dependiendo del hospital, el departamento y el piso. Por favor, contacte al mostrador de la recepción para obtener para obtener información sobre las políticas para visitantes.

Reglamentación sobre visitantes

Guías generales para visitantes:

- Todos los hospitales de CHRISTUS Santa Rosa Health System son libres de tabaco. No está permitido fumar en ninguna de nuestras propiedades.
- Las personas con resfriados, dolores de garganta o cualquier enfermedad contagiosa no deben visitar a los pacientes.
- Lávese las manos o use un limpiador para manos sin agua antes de interactuar con los pacientes.
- Haga visitas breves.
- Por favor, mantenga el ruido al mínimo.

Para entrar al hospital fuera de horario, por favor solicite información al personal de enfermería.



Apéndice

Información del hospital

Santa Rosa Hospital – *Medical Center*

Números de teléfono

Número principal	210.705.6300
Unidad previa a cirugía	210.705.6197 (enfermero de entrevista previa a operación)
Registro previo de pacientes	210.705.6197
Facturación	800.756.7999 o 866.774.8077
Atención en casa	210.785.5200
Servicios de rehabilitación ambulatoria	210.705.6560

Teléfonos

Cada habitación está equipada con un teléfono junto a la cama. Para marcar un número externo al hospital, marque nueve y después el número de teléfono. Las líneas telefónicas siempre están abiertas.

Asesoría financiera y facturación

Los asesores financieros están disponibles para responder cualquier pregunta que pueda tener sobre su factura del hospital. Puede comunicarse con estos asesores al llamar al 800.756.7999 o al 866.774.8077.

Horarios de comidas para pacientes

CHRISTUS Santa Rosa Hospital – *Medical Center* ofrece servicio a la habitación para cada paciente. Puede comunicarse con el servicio a habitaciones al marcar MEAL (48080) desde su habitación. El horario de atención es de 6:30 a.m. a 5 p.m. Hay opciones de almuerzos y bocadillos en caja disponibles previa solicitud fuera de horario. Le darán un menú y podrá elegir entre una variedad de alimentos y bocadillos de la dieta que le ordene su médico. Para hacer un pedido puede llamar en cualquier momento durante el horario de atención. Se recomienda que llame de una a dos horas antes de su comida para asegurarse de que su bandeja llegue a tiempo. Esto reduce la probabilidad de que tenga que esperar su comida.

Nutriólogos registrados

Los nutriólogos registrados son expertos en nutrición. Si tiene alguna pregunta sobre su dieta o quiere saber más sobre los hábitos alimenticios saludables, por favor llame al 210.705.6325.

Cafetería

La cafetería está ubicada en el primer piso del hospital. Hay letreros colocados en todo el hospital para guiar a los visitantes. La cafetería abre a las 6:30 a.m. para el desayuno y cierra después de la cena a las 6:30 p.m. Los visitantes pueden cenar en el área de la cafetería o usar los recipientes portátiles si desean llevarse sus comidas a la habitación del paciente.

Máquinas expendedoras

Para los momentos en que la cafetería no esté atendiendo, hay máquinas expendedoras ubicadas en todo el hospital. Estas máquinas están en servicio las 24 horas del día.

Horarios de visita

Los horarios de visita y las limitaciones pueden variar dependiendo del hospital, el departamento y el piso. Por favor, contacte al mostrador de la recepción para obtener información sobre las políticas para visitantes.

Reglamentación sobre visitantes

Guías generales para visitantes:

- Todos los hospitales de CHRISTUS Santa Rosa Health System son libres de tabaco. No está permitido fumar en ninguna de nuestras propiedades.
- Las personas con resfriados, dolores de garganta o cualquier enfermedad contagiosa no deben visitar a los pacientes.
- Lávese las manos o use un limpiador para manos sin agua antes de interactuar con los pacientes.
- Haga visitas breves.
- Por favor, mantenga el ruido al mínimo.

Para entrar al hospital fuera de horario, por favor solicite información al personal de enfermería.



Apéndice

Información del hospital

Santa Rosa Hospital – *New Braunfels*

Números de teléfono

Número principal	830.606.9111
Admisión previa y pruebas	830.606.2191
Facturación	800.756.7999
Atención espiritual	830.606.3763
Registro previo de pacientes	830.643.6185
Orientador de enfermería	830.643.5198
Nutriólogo	830.643.8675

Teléfonos

Cada habitación está equipada con un teléfono junto a la cama. Para marcar un número externo al hospital, marque nueve y después el número de teléfono. Las líneas telefónicas siempre están abiertas.

Asesoría financiera y facturación

Los asesores financieros están disponibles para responder cualquier pregunta que pueda tener sobre su factura del hospital. Puede comunicarse con estos asesores al llamar al 800.756.7999.

Horarios de comidas para pacientes

CHRISTUS Santa Rosa Hospital – *New Braunfels* ofrece servicio a la habitación para cada paciente. Puede comunicarse con el servicio a habitaciones al marcar MEAL (63663) desde su habitación. El horario de atención es de 6:30 a.m. a 6:30 p.m. Le darán un menú y podrá elegir entre una variedad de alimentos y bocadillos de la dieta que le ordene su médico. Para hacer un pedido puede llamar en cualquier momento durante el horario de atención. Se recomienda que llame de una a dos horas antes de su comida para asegurarse de que su bandeja llegue a tiempo. Esto reduce la probabilidad de que tenga que esperar su comida.

Nutriólogos registrados

Los nutriólogos registrados son expertos en nutrición. Si tiene alguna pregunta sobre su dieta o quiere saber más sobre los hábitos alimenticios saludables, por favor llame al 830.643.8675.

Cafetería

La cafetería está ubicada en el primer piso del hospital. Hay letreros colocados en todo el hospital para guiar a los visitantes. La cafetería abre de 6:30 a.m. a 7:30 p.m. Los visitantes pueden cenar en el área de la cafetería o usar los recipientes portátiles si desean llevarse sus comidas a la habitación del paciente.

Máquinas expendedoras

Las máquinas expendedoras funcionan las 24 horas del día y están ubicadas en la cafetería.

Horarios de visita

Los horarios de visita y las limitaciones pueden variar dependiendo del hospital, el departamento y el piso. Por favor, contacte al mostrador de la recepción para obtener para obtener información sobre las políticas para visitantes.

Reglamentación sobre visitantes

Guías generales para visitantes:

- Todos los hospitales de CHRISTUS Santa Rosa Health System son libres de tabaco. No está permitido fumar en ninguna de nuestras propiedades.
- Las personas con resfriados, dolores de garganta o cualquier enfermedad contagiosa no deben visitar a los pacientes.
- Lávese las manos o use un limpiador para manos sin agua antes de interactuar con los pacientes.
- Haga visitas breves.
- Por favor, mantenga el ruido al mínimo.
- Política estándar sobre de COVID-19.

Para entrar al hospital fuera de horario, por favor solicite información al personal de enfermería.



CHRISTUS® SANTA ROSA
Hospital - *Alamo Heights*

Apéndice

Información del hospital

Santa Rosa Hospital – *San Marcos*

Números de teléfono

Número principal 512.353.8979

Admisión previa y pruebas 512.753.3558

Facturación 512.753.3796

Registro previo de pacientes 512.753.3760

Coordinador de experiencia del paciente u

orientador de enfermería 512.753.3526

Nutriólogo 512.753.3511

Teléfonos

Cada habitación está equipada con un teléfono junto a la cama. Para marcar un número externo al hospital, marque nueve y después el número de teléfono. Las líneas telefónicas siempre están abiertas.

Asesoría financiera y facturación

Los asesores financieros están disponibles para responder cualquier pregunta que pueda tener sobre su factura del hospital. Puede comunicarse con estos asesores al llamar al 512.753.3796.

Horarios de comidas para pacientes

CHRISTUS Santa Rosa Hospital – *San Marcos* ofrece servicio a la habitación para cada paciente. Puede comunicarse con el servicio a habitaciones al marcar al 512.753.3521 o a la ext. 3521 desde su habitación. El horario de atención es (desayuno de 7 a 9: 30 a.m.), almuerzo (de 11:30 a.m. a 1 p.m.) y cena (de 5 a 6:30 p.m.). Le darán un menú y podrá elegir entre una variedad de alimentos y bocadillos de la dieta que le ordene su médico. Para hacer un pedido puede llamar en cualquier momento durante el horario de atención. Se recomienda que llame de una a dos horas antes de su comida para asegurarse de que su bandeja llegue a tiempo. Esto reduce la probabilidad de que tenga que esperar su comida.

Nutriólogos registrados

Los nutriólogos registrados son expertos en nutrición. Si tiene alguna pregunta sobre su dieta o quiere saber más sobre los hábitos alimenticios saludables, por favor llame al 512.753.3511.

Cafetería

La cafetería está ubicada en el primer piso del hospital. Hay letreros colocados en todo el hospital para guiar a los visitantes. La cafetería está abierta de lunes a viernes (desayuno de 7:15 a 9 a.m.), almuerzo (de 11 a.m. a 1:30 p.m.). La cafetería está cerrada para la cena y los fines de semana. Los visitantes pueden cenar en el área de la cafetería o usar los recipientes portátiles si desean llevarse sus comidas a la habitación del paciente.

Máquinas expendedoras

Para los momentos en que la cafetería no está atendiendo, hay máquinas expendedoras ubicadas en el Departamento de Emergencias.

Horarios de visita

Los horarios de visita y las limitaciones pueden variar dependiendo del hospital, el departamento y el piso. Por favor, contacte al mostrador de la recepción para obtener para obtener información sobre las políticas para visitantes.

Reglamentación sobre visitantes

Guías generales para visitantes:

- Todos los hospitales de CHRISTUS Santa Rosa Health System son libres de tabaco. No está permitido fumar en ninguna de nuestras propiedades.
- Las personas con resfriados, dolores de garganta o cualquier enfermedad contagiosa no deben visitar a los pacientes.
- Lávese las manos o use un limpiador para manos sin agua antes de interactuar con los pacientes.
- Haga visitas breves.
- Por favor, mantenga el ruido al mínimo.
- Política estándar sobre de COVID-19.

Para entrar al hospital fuera de horario, por favor solicite información al personal de enfermería.



Apéndice

Información del hospital

Santa Rosa Hospital – *Westover Hills*

Números de teléfono

Número principal	210.703-8001
Admisión previa y pruebas	210.703-8577
Registro previo de pacientes	210.704-4400
Facturación	800-756-7999

Teléfonos

Cada habitación está equipada con un teléfono junto a la cama. Para marcar un número externo al hospital, marque nueve y después el número de teléfono. Las líneas telefónicas siempre están abiertas.

Asesoría financiera y facturación

Los asesores financieros están disponibles para responder cualquier pregunta que pueda tener sobre su factura del hospital. Puede comunicarse con estos asesores al llamar al 822.877.8623.

Horarios de comidas para pacientes

CHRISTUS Santa Rosa Hospital – *Westover Hills* ofrece servicio a la habitación para cada paciente. Puede comunicarse con el servicio a habitaciones al marcar 38665 desde su habitación. El horario de atención es de 6:30 a.m. a 6 p.m. Hay opciones de almuerzos y bocadillos en caja disponibles previa solicitud fuera de horario. Le darán un menú y podrá elegir entre una variedad de alimentos y bocadillos de la dieta que le ordene su médico. Para hacer un pedido puede llamar en cualquier momento durante el horario de atención. Se recomienda que llame de una a dos horas antes de su comida para asegurarse de que su bandeja llegue a tiempo. Esto reduce la probabilidad de que tenga que esperar su comida.

Nutriólogos registrados

Los nutriólogos registrados son expertos en nutrición. Si tiene alguna pregunta sobre su dieta o quiere saber más sobre los hábitos alimenticios saludables, por favor llame al 210.294.8084.

Café

La cafetería está ubicada en el primer piso del hospital. Hay letreros colocados en todo el hospital para guiar a los visitantes. El café está abierto los 7 días de la semana de 7:15 a.m. a 8 p.m. El desayuno se sirve de 7:15 a.m. a 9 a.m. El almuerzo se sirve de 11 a.m. a 2 p.m. Los visitantes pueden cenar en el café o usar los recipientes portátiles si desean llevarse sus comidas a la habitación del paciente.

Máquinas expendedoras

Para los momentos en que la cafetería no esté atendiendo, hay máquinas expendedoras ubicadas en todo el hospital. Estas máquinas están en servicio las 24 horas del día.

Horarios de visita

Los horarios de visita y las limitaciones pueden variar dependiendo del hospital, el departamento y el piso. Por favor, contacte al mostrador de la recepción para obtener información sobre las políticas para visitantes.

Reglamentación sobre visitantes

Guías generales para visitantes:

- Todos los hospitales de CHRISTUS Santa Rosa Health System son libres de tabaco. No está permitido fumar en ninguna de nuestras propiedades.
- Las personas con resfriados, dolores de garganta o cualquier enfermedad contagiosa no deben visitar a los pacientes.
- Lávese las manos o use un limpiador para manos sin agua antes de interactuar con los pacientes.
- Haga visitas breves.
- Por favor, mantenga el ruido al mínimo.

Para entrar al hospital fuera de horario, por favor solicite información al personal de enfermería.







ChristusSantaRosa.org