

**EAST BAY HAND & PLASTIC SURGERY  
CENTER  
PRASAD G. KILARU, M.D., M.B.A.  
PLASTIC, RECONSTRUCTIVE, COSMETIC AND HAND SURGERY**

CERTIFIED BY THE AMERICAN BOARD OF PLASTIC SURGERY

39141 Civic Center Drive, Suite 110, Fremont CA 94538  
Phone: (510) 791-9700 Fax: (510) 791-9703

**INSTRUCCIONES PARA LA MANO QUE FUE OPERADA**

1. USTED TIENE QUIZAS UN PORTA GUANTE O BENDA. DEBE PERMANECER LIMPIO Y SECO HASTA EL REGRESO CON EL DOCTOR. POR FAVOR DE NO QUITAR EL PORTA GUANTE O BENDA HASTA QUE USTED VEA EL DOCTOR. SI USTED TIENE ALGUNA PREGUNTA O SI LA BENDA O PORTA GUANTE ESTE APRETADO O SI SEA MOJADO, LLAMAME AL NUMERO 510-791-9700 ANTES DE REMOVER LA BENDA. SI USTED NECESITA TOMAR UNA DOCHA O BANARSE POR FAVOR DE USAR UNA BOLSA DE PLASTICO ARREDEDOR DE LA AREA PARA PREVENIR QUE SE MOJE.
  
2. CUANDO HAY UNA HERIDA O CIRUGIA A LA MANO, SE INFLAMA O SE INCHA LA MANO, LO HACE POR RAZONES DE DOLOR SOBRE LAS AREAS AFECTADAS. PARA PREVENIR LA INFLAMACCION, HAY QUE ELEVAR LA MANO, LO MEJOR ES ELEVAR LA MANO AL NIVEL DEL CORAZON. DURANTE EL DIA USTED DEBE CAMINAR CON LA MANO ELEVADA COMO SI FUERA PREGUNTAR UNA PREGUNTA. DURATE LA NOCHE DEBES DE USAR VARIAS ALMUADAS ALREDEDOR DE LA MANO ELEVADA.
  
3. USTED TAMBIEN PUEDE USAR COMPRESAS DE HIELO USANDO UNA BOLSA DE PLASTICO O BOLSA ZIPLOC PARA LOS HIELOS. ENVOLVERLO CON UNA TOALLA O FUNDA DE ALMUADA DIRECTAMENTE SOBRE LA HERIDA DURANTE 20 O 30 MINUTOS A LA VEZ. POR FAVOE DE NO PONER EL HIELO DIRECTAMENTE AL HERIDA Y NO QUITAR LA BENDA O PORTA GUANTE.
  
4. EL DOCTOR LE VA DAR UNA RECETA PARA ANTINBIOTICOS QUE NORMALMENTE ES KEFLEX 500MG. ESTA MEDICINA DEBE SER TOMADA 4 VECES AL DIA, ALMUERZO, COMIDA, CENA Y ANTES, DE DORMIRSE. EL DOCTOR TAMBIEN LES DARA UNA RECETA PARA MEDICAMENTOS DE DOLOR, USTE PUEDE TOMAR 1 O 2 PASTILLAS CADA 4 HORAS, SI LO NECESITA PARA DOLOR. SI USTED NO DEJA SU MANOS ELEVADO Y NO LE PONE COMPRESOS DE HIELO VA USTED TENER DOLOR Y EL MEDICAMENTO NO LES AYUDARA REDUCIR EL DOLOR. SI EL DOLOR ES PRECISTENTE TAMBIEN PUEDE USTED USAR MOTRIN PARA AYUDA CON LA IMFLAMACION.

LO PUEDES TOMAR HASTA 3 VECES AL DIA. ASEGURESE QUE SU ESTOMAGO NO ESTE VACIO PUEDE CAUSAR DOLORES ESTOMAGALES.

5. POR FAVOR DE HASER UNA CITA UNA SEMANA DESPUES DE SU CIRUGIA LLAME AL NUMERO 510-791-9700 YO VEO PACIENTES LOS LUNES POR LA TARDE Y JUEVES POR LA MANANA. POR FAVOR DE HACER LA CITA LO MAS PROTO POSIBLE POR LA RAZON QUE MI AGENDA SE LLENA PRONTO.
  
6. USTE VA ESTAR FUERA DE SU TRABAJO CUANDO MENOS UNA SEMANA DESPUES DE SU CIRUGIA, CUANDO USTED REGRESA A MI OFICINA LE DARE UN PAPEL QUE ENDIQUE SUS INSTRUCCIONES ACERCA DE TRABAJO. NUEVAMENTE SI USTED TIENE ALGUNA PREGUNTA LLAME AL NUMERO 510-791-9700.