

Reemplazo Total de Rodilla

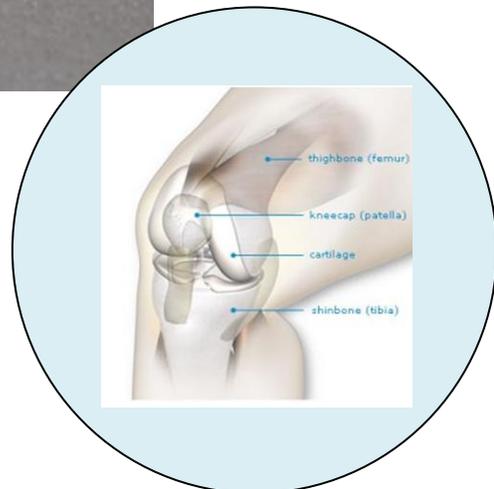


Aprender Sobre:

- ✓ Como Trabaja La Rodilla
- ✓ Problemas Relacionados con la Rodilla
- ✓ Candidatos para Reemplazo Total de Rodilla
- ✓ Que se Espera de la Rodilla Artificial
- ✓ Preparandose Para el Reemplazo de Rodilla
- ✓ Su Cirugia
- ✓ Comenzando su recuperacion
- ✓ Preguntas Frecuentes
- ✓ Lo que debe hacer y lo que no.

Reemplazo total de rodilla es un procedimiento quirurgico en el cual partes danadas or lesionadas de la articulacion de la rodilla son reemplazadas con partes artificiales.

El procedimiento se lleva acabo abriendo la capsula de la rodilla y removiendo los extremos del femur, la espinilla (tibia), y la parte de abajo de la rotula. Partes artificiales son cementadas en su lugar, construyendo la nueva articulacion de la rodilla. La rodilla nueva consiste de implantes metalicos en los extremos de la espinilla y el hueso del muslo, y plastic entremedio.



Como Trabaja La Rodilla

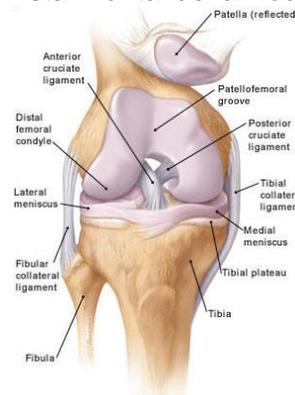
La articulación de la rodilla es una de las más complejas del cuerpo y la más propensa a ser lastimada. Considerando la frecuencia en que es llamada a desempeñarse; no obstante, es verdaderamente durable.

Los Huesos

Los huesos de la rodilla dan fortaleza, estabilidad y flexibilidad en la rodilla. El **femur**, comúnmente llamado el hueso del muslo es el más grande en el muslo y se apega via ligamentos y la capsula de la rodilla con la **tibia**, comúnmente referida como la espinilla. El **perone** corre paralelo con la **tibia**, entre la rodilla y el tobillo. La rotula, comúnmente referida como la choquezuela de la rodilla, se encuentra sobre la articulación de la rodilla ofreciendo protección mientras la rodilla se dobla, se estira y gira.



Vista Frontal de la Rodilla



Vista Interior de la Rodilla

Tejido de Soporte

Mientras los huesos de la rodilla le dan soporte y establecen la rígida estructura de la articulación, músculos como el **cuadriceps** al frente de la rodilla y el tendón de la corva atrás de la rodilla asisten en el movimiento de la articulación. **Los ligamentos** son igualmente vitales porque son bandas fuertes y tiesas, que no son particularmente flexibles y estabilizan la articulación. La articulación de la rodilla también incluye **cartilago menisco**, un tejido en forma de C que ayuda con la amortiguación de la articulación permitiendo que los huesos se deslicen fácilmente uno al otro. Un pequeño saco de líquido conocido como bursa, lubrica el movimiento.

Problemas Relacionados Con La Rodilla



Arthritic Knee

Osteoartritis por lo general ocurre en personas mayores de 50 años y a menudo en personas con antecedentes familiares de artritis. El cartilago que amortigua el hueso de la rodilla se desgasta. Los huesos se rozan entre sí, causando dolor de rodilla y rigidez.

Artritis Traumático puede derivar de una seria lesión de rodilla. Una fractura de rodilla o desgarre grave de los ligamentos de la rodilla pueden con el tiempo dañar el cartilago articular, causando dolor de rodilla y función de rodilla limitada.

Artritis Reumatoide es una enfermedad en la cual la membrana sinovial se engrosa y se inflama, produciendo una cantidad excesiva de líquido sinovial que llena el espacio de la articulación. La inflamación crónica puede dañar el cartilago y eventualmente causar pérdida del cartilago, dolor, y rigidez.

Candidatos Para Reemplazo Total de Rodilla

Cirugía de reemplazo total de rodilla se realiza generalmente en personas con condiciones severas de artritis. Si su rodilla esta severamente danada, puede ser difícil realizar actividades simples como caminar o subir escaleras. Incluso, puede llegar a sentir dolor sentado o acostado. La decisión de hacerse la cirugía de reemplazo de rodilla debe ser en conjunto con usted, su familia, su doctor de cabecera y su cirujano ortopedico. Puede ser candidato si tiene:

- Dolor severo que limita sus actividades diarias
- Dolor de rodilla moderado a severo mientras descansa, de día o de noche
- Incapacidad para mejorar sustancialmente con otros tratamientos como las inyecciones de cortisona, fisioterapia u otras cirugías
- Deformidad de la rodilla: un arqueamiento hacia dentro o hacia fuera de la rodilla
- Rigidez en la rodilla: incapacidad para flexionar y extender la rodilla
- Inflamación y hinchazón crónica en la rodilla
- Incapacidad para obtener alivio del dolor con anti-inflamatorios

Que Se Puede Esperar de la Rodilla Artificial

La mayoría de las personas tienen mucho menos dolor después de la cirugía de reemplazo total de rodilla y pueden llevar a cabo muchas de sus actividades diarias con mayor facilidad. Su rodilla artificial, o prótesis, funcionará similar a la rodilla sana, regular. Aunque su rodilla artificial no será tan buena como la verdadera, con el tiempo le permitirá reanudar la mayoría de sus actividades normales sin dolor. Después de la cirugía, puede reanudar actividades como jugar golf, andar en bicicleta, nadar, o caminar para hacer ejercicio. Su médico puede desalentarle de correr, ponerse en cuclillas o hacer otras cosas que pongan tensión en la articulación. Actividades que ponen sobrecarga en la rodilla deben ser evitadas. Alrededor de 90 por ciento de pacientes con rodillas artríticas antes de la cirugía, tendrán mejor movimiento después de un reemplazo total de rodilla.

Actividad Peligrosa Después de la Cirugía Corer • Saltando • Deportes de contacto • Aeróbicos de alto impacto
Actividad Superior recomendaciones habituales Después de la cirugía Vigoroso caminar o senderismo • Esquí • Tenis • Levantando repetitivo superior a 50 lbs • Aeróbicos repetitivo • Subir escaleras
Actividad esperada después de la cirugía Paseos recreativos • Natación • Golf • Manejar • Caminatas ligeras • Ciclismo recreativo • Bailes de salón • Subir escaleras normales

Su hospital o centro quirurgico le contactara con los detalles especificos sobre su cita. Por lo general se le pedira que llege al hospital una hora or dos antes de su cirugia. No coma ni beba nada despues de la medianoche la noche antes de su cirugia. Los mas probable es que sea admitido en el hospital el dia de su cirugia. Preparese con ropa interior, calcetines y calzado.

Medico

Si usted decide someterse a la cirugia de reemplazo de rodilla, su preparacion comenzara varias semanas antes del procedimiento. Se le puede pedir que se realice una examinacion fisica completa con su doctor de familia varias semanas antes de la cirugia para evaluar su salud y identificar cualquier condicion que interfiera con su cirugia.

Pruebas

Varias pruebas pueden ser necesarias para planear su cirugia: muestras de sangre y orina pueden ser analizadas y un electrocardiograma puede ser obtenido.

Donacion de Sangre

En ocaciones una transfusion de sangre puede ser requerida despues de la cirugia. Muchos pacientes optan por donar varias pintas de sangre de antemano. Se le puede aconsejar que done su propia sangre antes de la cirugia. Sera almacenada en caso de que necesite sangre despues de la cirugia.

El Procedimiento

Lo mas probable es que sea admitido en el hospital el dia de la cirugia. Despues de la admision, sera evaluado por el anesthesiologo. Anestesia general es el tipo de anesthesia mas comun para un reemplazo de rodilla, en la cual se le duerme durante el procedimiento. Con su ayuda, el anesthesiologo le ayudara a decidir cual sera el mejor metodo para usted

El procedimiento en si toma aproximadamente 2 horas. Su cirujano ortopedico removera el cartilago danado y el hueso y luego posicionara las nuevas superficies de la articulacion de metal y plastico para restaurar alineamiento y funcion de su rodilla.

Despues de la cirugia se le llevara a un cuarto de recuperacion donde se mantendra por una hora o dos mientras se recupera de la anestesia. Despues de que despierte por completo, se le llevara a su cuarto de hospital

Despues de la Cirugia

Por lo general usted estara en el hospital por algunos dias. Despues de la cirugia usted sentira dolor. Medicamento para el dolor sera administrado para mantenerle lo mas comodo posible. Caminar y movimiento en la rodilla son importantes para su recuperacion y comenzaran inmediatamente despues de la cirugia. Para evitar la congestion de los pulmones despues de la cirugia, se le pedira respirar profundamente y toser con frecuencia.

Su cirujano ortopedico le puede recetar una o mas medidas para prevenir coagulos de sangre y minimizar inflamacion de la pierna, como medidas de compresion especiales, cubiertas de pierna inflables (botas de compresion) y diluyentes de sangre.

Para restaurar movimiento en la rodilla y pierna, su cirujano puede utilizar un soporte de rodilla que lentamente mueve su rodilla mientras esta en cama. El dispositivo, es una maquina de movimiento pasivo continuo que disminuye inflamacion en la pierna al elevar la pierna y mejora la circulacion venosa al mover los musculos de la pierna. Movimiento de pie y tobillo es requerido inmediatamente despues de la cirugia para aumentar el flujo sanguineo en los musculos de la pierna para prevenir inflamacion en la pierna y coagulos de sangre. La mayoria de los pacientes comienzan fisioterapia un dia o dos despues de la cirugia. El fisioterapeuta le ensenara ejercicios especificos para fortalecer la pierna y restaurar movimiento en la rodilla para rapido permitirle caminar y hacer otras actividades diarias despues de la cirugia.

Cuidado Casero

Aunque va poder caminar en muletas o con el uso de un andador poco despues de la cirugia, necesitara ayuda varias semanas con tareas como cocinar, ir de compras, banarse, y lavar ropa. Puede tambien considerar hacer modificaciones a su hogar como poner una silla estable para su recuperacion temprana con un asiento firme (y una altura de 18 a 20 pulgadas), un respaldo firme, dos brazos; un banquillo para la intermitente elevacion de la pierna; una banca o silla de regadera estable para banarse; *Su cirujano le dira cuando es prudente poner peso en su pierna. Si tiene cualquier pregunta acerca de la carga de peso, llame a su cirujano. Mantenga su pierna elevada lo mas posible durante los primeros dias despues de la cirugia. Aplique hielo como fue recommendado por su doctor para aliviar dolor y inflamacion.*

Preguntas Frecuentes

Como se si necesito un reemplazo de rodilla?

Si tiene dificultad al caminar o al realizar actividades diarias, puede ser tiempo de considerar una cirugia de reemplazo total de rodilla. Por lo general los doctores intentan retrasar un reemplazo total de rodilla los mas posible con tratamientos menos invasivos. Sin embargo, para pacientes con enfermedad de articulacion avanzada, reemplazo de rodilla ofrece la oportunidad de aliviar el dolor y regresar a las actividades normales.

Que tan pronto puedo regresar a mis actividades normales despues de la cirugia?

En la mayoria de los casos, una exitosa cirugia de reemplazo de la articulacion le dara alivio a su dolor y rigidez, y le permitira reanudar muchas de sus actividades diarias. Pero incluso despues de que se haya recuperado de su cirugia, aun tendra algunas restricciones.

Actividades normales diarias no incluyen deportes de contacto o actividades que ponen tension excesiva en las articulaciones. Aunque su articulacion artificial puede ser reemplazada, un segundo implante raramente es tan efectivo como el primero.

Cuanto dura la Recuperacion?

La recuperacion varia con cada persona. Utilizara un andador por aproximadamente 4 semanas despues de la cirugia. Puede manejar su carro en 2-4 semanas. La mayoria de las personas aumentan gradualmente sus actividades y juegan golf, tenis o juegan bolos en 12 semanas. Deportes mas activos como correr no son recomendados.

Cuanto tiempo durara la nueva articulacion?

Longevidad del la protesis de rodilla varia de paciente a paciente. Depende de muchos factores, como la condicion fisica del paciente, nivel de actividad y peso, al igual que la precision con la cual el implante fue puesto durante la cirugia. Es util tener en cuenta que las protesis articulares no son tan fuertes o duraderas como una articulacion natural y saludable, y no hay garantia de que la protesis va a durar el resto de la vida del paciente.

Mientras se recupera de un reemplazo total de rodilla, usted debe recordar estas sugerencias.

<p>Lo que NO debe hacer</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Intentar ejercicios vigorosos o subir las escaleras hasta que el medico lo autorize✓ Mojar su vendaje✓ No deje colgar la pierna mientras se sienta✓ Permanecer de pie por periodos prolongados	<p>Lo que SI debe hacer</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Mover y elevar la rodilla con frecuencia✓ Usar muletas o baston como recomendado por su doctor✓ Siga su programa de recuperacion
--	---