

## **ORIENTAÇÕES PÓS-OPERATÓRIAS PARA ARTROSCOPIA DE JOELHO**

- MANTER CURATIVO FECHADO ATÉ PRIMEIRA REVISÃO MÉDICA COMBINADA;
- GELO LOCAL EM BOLSA POR 20 MIN, 3 X DIA;
- CAMINHAR COM AUXÍLIO DE 2 MULETAS E APOIO DE PESO PARCIAL AO SOLO COM O MEMBRO OPERADO;
- DURANTE A CAMINHADA E AOS MOVIMENTOS HABITUAIS EM CASA DE SENTAR, LEVANTAR, SUBIR ESCADAS E DEITAR, EXECUTAR FLEXÃO E EXTENSÃO DO JOELHO CONFORME NECESSÁRIO, SEM RESTRIÇÃO DE MOVIMENTO;
- AO DESCANSAR SENTADO, MANTER JOELHO EXTENDIDO SEM ALMOFADA OU TRAVESSEIRO EMBAIXO DO JOELHO;
- EM CASO DE INTERCORRÊNCIA, CONTATE FONE/WHATSAPP 51-999715175.