

**OINETAKO KIRURGIA (erpe-behatzak, mailua, hallux valgus...)****PROCEDIMIENTOS QUIRURGICOS EN LOS PIES (dedos en garra, martillo, hallux valgus...)**

Honelakorik gertatuz gero, medikuari abisatu:

- ↪ Odol gehiegi dario
- ↪ Handitu egin da
- ↪ Hotzikarak
- ↪ Min handiegia
- ↪ Sukarra (38° C baino gehiago)

Oinean ebakuntza egin berri duzu. Ondo sendatzeko, aholku hauei jarraitu

- 1.** Nahi baduzu, ebakuntzako egunean bertan hasi oinez, baina ibilera eta ahalegin handirik gabe.
- 2.** Oinean ebakuntza bat egin eta gero, ebakuntza txikia izanagatik ere, sarri gertatzen da oinaren zati bat edo oin osoa handitzea. Oinetako egokiak eta zabalak erabili.
- 3.** Esertzen zarenean, dena delako oina jasota eduki.
- 4.** Belauna, txorkatila eta behatzak mugitzen hasi, non eta sendagileak ez dizun geldirik edukitzeko esan.
- 5.** Bendajea bakean utzi: ez ezer zorrotzik sartu (orratzik, boligrafoak edo halakorik)
- 6.** Ez da makulurik erabili behar izaten, sendagileak agintzen ez badizu behintzat.
- 7.** Agindutako sendagaiak hartu (tronboen aurkakoak bereziki)

Es necesario que avise a su médico en caso de:

- ↪ Sangrado excesivo
- ↪ Inflamación
- ↪ Escalofríos
- ↪ Excesivo dolor
- ↪ Fiebre (más de 38° C)

Acaba de serle efectuada una intervención limitada en el pie. Para una óptima recuperación siga las siguientes recomendaciones

- 1.** Desde el día de la intervención puede andar, evitando grandes caminatas o esfuerzos.
- 2.** Es muy frecuente que tras una intervención en el pie, aunque sea pequeña, se produzca una inflamación de parte o todo el pie. Utilice un calzado adecuado y amplio.
- 3.** Cuando se siente mantenga elevada la extremidad operada.
- 4.** Debe movilizar la rodilla, el tobillo y los dedos, a no ser que le haya indicado su médico lo contrario.
- 5.** No introduzca objetos punzantes por el vendaje (agujas, bolígrafos, etc...)
- 6.** No suele ser necesario el uso de muletas a menos que el médico se lo haya indicado.
- 7.** Tiene que tomar la medicación adecuada (especialmente importante la toma de antitrombóticos) que se le haya indicado.