



Una solución
“milagrosa”

FOTO:CORTESIA

El reemplazo total de rodilla por una artificial

SALUD
WH

El reemplazo total de rodilla (PTR) es una operación que esta siendo muy usada actualmente.

Sus capacidades post-quirúrgicas dependen de su nivel pre-quirúrgica de

fitness, su rehabilitación, y que los deportes o actividades que la intención de reanudar.

El reemplazo total de rodilla (PTR) es uno de los procedimientos más populares en la medicina ortopédica y deportiva, lo que permite a millones de personas a reanudar una vida activa.

Para muchos pacientes,

puede parecer como un milagro.

Uno de nuestros pacientes, un hombre de 84 años de edad llamado Ashton, era un hacendado que rutinariamente levantó pacas de heno y cuando sea necesario, podría levantar un ternero. Tenía el sistema cardiovascular de un hombre mucho más joven.

Se realizó un TKR en su rodilla izquierda y él fue capaz de reunirse con su esposa en el tenis de dobles. Ashton dijo a todos que sus médicos le habían dado una nueva oportunidad de vida.

Mientras Ashton representa un extremo del espectro de edad, también estamos viendo más pacientes de entre 20 y 30

años. Algunos han tenido sido en accidentes de tráfico, o dañado sus rodillas en una cancha de baloncesto o el campo de béisbol.

En lugar de cojera alrededor hasta que no podía soportarlo más, estos jóvenes optaron por la cirugía para que no te pierdas ni una década o más de las actividades que les gustan.

En el pasado, los pacientes de reemplazo de rodilla totales tienden a ser los que se habían agotado todas las opciones de tratamiento conservador, y estaban en constante dolor. En estos días, nos tratan a muchos pacientes antes de llegar a ese punto.

|| Pág.2 SALUD

...El reemplazo total de rodilla por una artificial

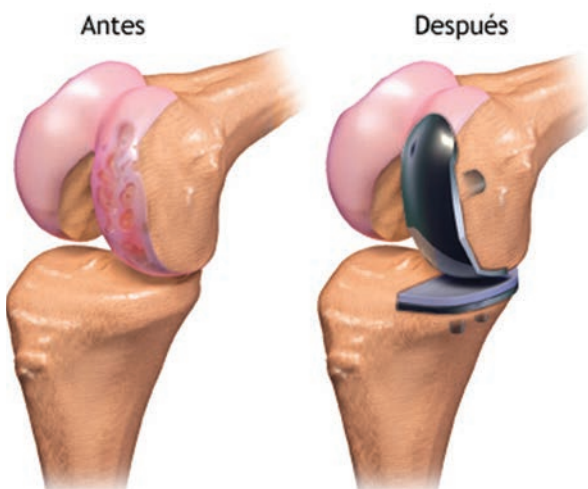
Debido a que los TKRs han regresado a un estilo de vida activo, el reemplazo de rodilla cirúrgica tasa de cerca de la cima cuando se pide a los pacientes para describir su grado de satisfacción con su cirugía.

Rehab inicial; recuperación eventual

El daño al cartílago en la rodilla lateral, medial, o patelofemoral puede ser el resultado de la osteoartritis, que puede ser activado por una lesión o la degeneración relacionada con la edad.

Alrededor del 95% de los reemplazos de rodilla se realizan para tratar la osteoartritis. Con el reemplazo total de rodilla, eliminamos toda o parte de la rodilla y la reemplazamos por una articulación artificial hecha de metal y plástico.

Este acto conjuntos co-



mo una bisagra, lo que permite la flexión, extensión y rotación.

Inmediatamente después de la cirugía, su programa de rehabilitación será supervisado por su médico y fisioterapeuta. Se prescriben ejercicios para ayudar a fortalecer y removilizar.

Una vez que haya completado su programa de rehabilitación, se anima a ciertas actividades de bajo impacto para los pacientes de reemplazo de rodilla.

Después de la fase inicial, cuando usted está restringido a ciertos ejercicios, usted puede comenzar a recorrer el camino hacia

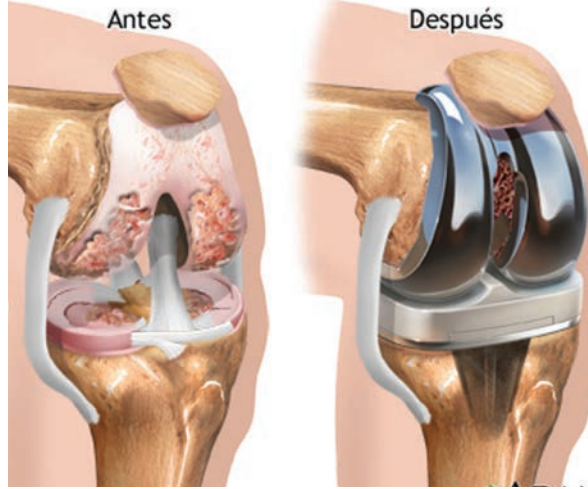


FOTO: CORTESIA

un regreso a la actividad completa.

Si usted siente que está listo para un entrenamiento más vigoroso, pregunte a su médico para una evaluación personalizada.

Estas son algunas de las actividades moderadas para elegir. Si usted experimenta dolor o hinchazón

después de participar en un entrenamiento, tomar un día libre y dejar que el resto de la rodilla antes de volver a la acción.

Deportes que puede realizar después de la operación

Las siguientes son buenas opciones, comienzan-

do alrededor de 12 semanas después de la cirugía:

- golf
- remo
- caminando
- yoga
- bailando
- dobles de tenis
- nadando
- levantamiento de pesas
- aeróbic o gimnasia sueca
- bolos
- máquinas elípticas
- ciclismo

Otros ejercicios son desalentados sin la aprobación expresa de su médico, incluyendo:

- trotar o correr
- deportes de contacto como el fútbol o el béisbol
- calabaza competitiva o racquetball
- todo lo que implica saltar, como el baloncesto o el esquí acuático

En general, los pacientes de la rodilla postquirúrgica deben tratar de evitar movimientos de torsión, o cualquier desgarrador repentino o impacto en la pierna.

Si va a montar en bicicleta, evitar las colinas, al menos durante las primeras semanas. Tendrá que evitar la infección y puede aconsejar tomar antibióticos antes de cualquier trabajo dental o cirugía menor.

Debido a los componentes de metal en la rodilla, también puede tomar un poco más en llegar a través del aeropuerto seguridad - un pequeño precio a pagar cuando se tiene en cuenta cuánto más rápido se moverá por el mundo con su nueva rodilla.

HOSAKA DENTAL

Del Doctor Erick Hosaka

Le Brinda Garantía y seguridad en esta época del COVID-19

Un Dentista que cuenta con la más alta tecnología para los diagnósticos y cuidado de sus dientes.



En las siguientes especialidades

- Exámenes y Limpiezas Dentales
- Curaciones
- Invisalign (ortodoncia invisible)
- Coronas y puentes
- Emergencias dentales

SE HABLA INGLÉS Y ESPAÑOL

Pida su cita llamando al

301 657 2225

TOTAL DENTAL CARE

Dentista Familiar y Cosmética
Dr. Linh Anthony Nguyen, D.D.S., P.C.

CORONAS, PUENTES, DENTADURAS,
EXTRACCIONES, ROOT CANAL.
IMPLANTES, COSMETICA DENTAL,
TRATAMIENTO DE ENCIAS.

Abrimos hasta tarde los sábados y domingos.

ORTODONCIA:
FRENILLOS PARA NIÑOS Y ADULTOS
SERVICIO DE EMERGENCIAS
Aceptamos la mayoría de seguros y Medicaid. Financiamiento a 12 meses sin intereses con crédito aprobado.

PACIENTES NUEVOS

Limpieza

\$60

Incluye: Examen y consulta.
Chequeo del cancer bucal
4 Rayos X (bitewing)
Precio Regular \$200.
Sólo pago en efectivo.
No válido con seguro para terceros.

703-256-1183
5017-B Backlick Rd.
Annandale, VA 22003

¿U.D. SE SIENTE ASÍ O SABÉ QUIÉN LO ESTÁ..?

Emociones Anónimas
B.V. Arlington

3219 Columbia Pike Ste B1, Arlington VA
Teléfono: 571-451-7672
arlington@mbvna.org

Sesiones:
Lunes a Viernes
6:00 a 10:00 p.m.

Sábados y Domingos
11:00 a.m. a 3:00 p.m.

AYUDA GRATUITA

www.neutoricosanonimosbv.org.mx