

ASSOCIADOS

Dr Marlon Sudário de

Lima e Silva

CRM MG 31035

CLINCOL

Belo Horizonte-MG

F: (31)25512300

**Dr Thiago S. dos
Santos**

CRM RS 28145

Centro de Especialidades

Ortopédicas

Novo Hamburgo-RS

F: (51)35952254

Dr Pablo Werlang

CRM RS 26600

CLOT

São Leopoldo-RS

F: (51)35894578

ORIENTAÇÕES PÓS BLOQUEIO E/OU RIZOTOMIA

- Você deverá permanecer em repouso relativo por 24h.
- Não dirigir ou tomar decisões importantes por, no mínimo, 24h após o procedimento por causa dos efeitos da anestesia.
- Após 24h, o repouso é relativo, podendo ter vida normal. Aconselha-se evitar esforços físicos vigorosos por um período de 8 semanas.
- Fraqueza muscular nos braços ou pernas, formigamentos e câibras poderão ocorrer frequentemente.
- Durante os três primeiros dias, efeitos colaterais dos medicamentos usados na sedação ou no procedimento poderão ocorrer, sendo os principais: dor de cabeça, mal-estar, sensação de moleza, náusea ou vômito. Caso seja necessário, procure seu médico ou pronto-socorro.
- Dor, inchaço, sensação de calor e hematoma no local do procedimento podem ocorrer por aproximadamente 5 a 7 dias. Isto é normal após o procedimento. Compressas de gelo por 15 a 20 min a cada 3h e uso de anti-inflamatórios poderão amenizar este desconforto.
- Em caso de dor intensa no local do procedimento, febre, sangramento ou outras anormalidades, comunicar imediatamente seu médico.
- Redução significativa da dor deve ser esperada num prazo de aproximadamente 4 a 6 semanas após os procedimentos de bloqueio e radiofrequência. A melhora pode não ser imediata ou no curto prazo e isso não significa que o procedimento não foi bem sucedido.

- Atividade física por ser iniciada 7 dias após o procedimento .
Recomenda-se o uso de tênis macio e roupa leve, devendo ser feita preferencialmente no início da manhã ou no final da tarde. Caminhada de 45 min em local plano, 1 vez ao dia é recomendado. Interromper a atividade caso sinta dor.

- Beba bastante líquido e se alimente normalmente, dando preferência a alimentos ricos em fibras e antioxidante (verduras, frutas e grãos). Evite alimentos ricos em açúcares e gorduras.

- Receitas e orientações mais específicas serão fornecidas após o procedimento pelo seu médico, assim como, pelo fisioterapeuta do serviço.

- Em um prazo de 15 dias você retornará ao consultório para revisão e novas orientações.