

Paul B. Roache MD
Cirujano Ortopeda



Resumen del cuidado ortopédico especializado del Dr. Roache

Su doctor ha determinado que su lesión puede requerir tratamiento ortopédico. El Dr. Roache cuenta con una práctica ortopédica en San Francisco y Sonoma y ha sido entrenado para proveerle un cuidado de la más alta calidad.

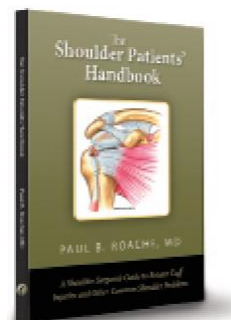
El Dr. Roache es un cirujano certificado en ortopedia y medicina deportiva. Es miembro de la Academia Americana de Cirujanos Ortopedas, miembro activo en la Asociación Artroscópica de América del Norte, la Asociación Europea del Hombro y la Sociedad Internacional de Artroscopía, Cirugía de la Rodilla y Medicina Deportiva Ortopédica.

Completó una especialización AO en Zúrich, Suiza en cirugía de manguito rotador y una especialización en cirugía reconstructiva del hombro y extremidad superior en San Francisco en el California Pacific Medical Center.

El Dr. Roache tiene una subespecialidad en tratamientos quirúrgicos artroscópicos del manguito rotador y lesiones en la rodilla y se involucra activamente en investigación sobre tratamientos quirúrgicos de estas lesiones.



Autor de
El manual para pacientes con problemas del hombro
*Guía del cirujano del hombro para lesiones del manguito rotador
y otros problemas comunes del hombro*



Paul B. Roache MD
Cirujano Ortopeda



Tabla de contenido

Introducción.	4
Descripción del cuidado ortopédico	5
Detalles importantes	5
Trabajo modificado y restricciones de trabajo	6
Terminología común	8
Participación en investigaciones clínicas	8
Resumen	9
Resumen de cronología quirúrgica	9
Formulario de información pre-quirúrgica	12
Información de contacto de la clínica	13

Paul B. Roache MD
Cirujano Ortopeda



Introducción

Bienvenido al cuidado ortopédico especializado del Dr. Roache. El doctor y su equipo están comprometidos a proveerle un cuidado ortopédico de la más alta calidad al tratar su lesión. Aquí le mencionamos algunos datos importantes que lo ayudarán durante su visita:

Hora de la cita

Necesita hacer el check-in una hora antes de su cita para completar la registración y preparación necesaria.

Rayos-X

Si no ha completado un exámen de rayos-x recientemente para la lesión que el Dr. Roache estará tratando, este se tomará después de registrarse el día de su cita.

MRI

Si ha hecho un MRI, por favor, traiga los resultados y una copia del CD con usted para acelerar su tratamiento. El Coordinador de Pacientes del Dr. Roache le dejará saber durante su llamada telefónica antes de su cita si ya la oficina tiene una copia de los resultados del MRI en su expediente.

Resumen de compensación al trabajador

Su cuidado médico está cubierto bajo la Compensación al Trabajador, una división de su seguro médico. El equipo del Dr. Roache le guiará a través del proceso de recibir cuidado médico por medio de este beneficio al trabajador. Recibirá una guía detallada durante su primera cita y el personal le ayudará a responder cualquier pregunta que pueda tener.

¿Qué es un cirujano ortopeda?

Un cirujano ortopeda es un doctor que se especializa en tratamientos quirúrgicos y no-quirúrgicos de lesiones del músculo, tendón, nervio, hueso y ligamentos. El rol principal de un cirujano ortopeda es determinar la naturaleza de su lesión, brindarle un diagnóstico preciso y un plan de tratamiento.

¿Cuál es el rol del cirujano ortopeda en la clínica de compensación al trabajador? El Dr. Roache, su cirujano ortopeda, determinará si su lesión requiere cirugía. Le explicará todas las opciones de tratamiento con usted, quirúrgicos o no-quirúrgicos, y le dará un plan de tratamiento comprensivo. Si su tratamiento requiere supervisión directa de un cirujano ortopeda, el Dr. Roache manejará su tratamiento hasta que este sea completado.

Descripción del cuidado ortopédico

Descripción del cuidado ortopédico con el sistema de Compensación al Trabajador de California

- 1.El cuidado médico ordenado por el doctor debe ser autorizado (o "certificado") por la compañía de seguros médicos de la Compensación al trabajador.
- 2.Las visitas al doctor y reportes son requeridos cada 30-45 días. Si no se encuentra en "Trabajo modificado", algunos empleadores requieren reportes cada 2 semanas.
- 3.Si el cuidado médico ordenado por el doctor no es autorizado, entonces debe comunicarse con su manejador de caso. En algunos casos, los pacientes serán representados por abogados para ayudar en la planificación de su cuidado.
- 4.Cuando el tratamiento esté completado, no necesitará ser visto por el doctor regularmente, y su cuidado médico puede programarse para una fecha más tarde. Esto será delineado en el reporte final del doctor. (La Compensación al trabajador se refiere a esto como el "Reporte permanente y estacionario" o el "Reporte PR-4").
- 5.A veces, el paciente o la compañía de seguros médicos solicitará una evaluación independiente llamada "Examinación médica calificada" (QME, por sus siglas en inglés). Esto es muy común y es independiente al tratamiento. Se puede solicitar en cualquier momento, pero los pacientes muchas veces encuentran útil si hay algún retraso en la aprobación del tratamiento.

Detalles importantes

Cómo hacer una cita de seguimiento

El Dr. Roache le proveerá un plan de tratamiento consistente con su diagnóstico. Se le darán instrucciones sobre cuándo realizar un seguimiento con el médico durante su visita. La recepción lo confirmará al salir.

Llegue 20-30 minutos antes de la hora programada para su cita para garantizar una atención inmediata. Asistir a sus citas es extremadamente importante. Si no puede hacer a una cita, comuníquese con la clínica y programe la cita. Si no asiste a las citas y no podemos comunicarnos con usted, esto puede causar problemas con su cuidado médico. El manejador de su caso puede concluir que usted no cumple con su cuidado médico y puede cerrar el caso. Esto se evita fácilmente comunicándose con la clínica.

Paul B. Roache MD
Cirujano Ortopeda



Medicamentos

Los medicamentos se prescriben según sea necesario. Estos pueden ser dispensados desde la clínica o escritos para su farmacia. Es posible que se necesiten medicamentos narcóticos para el dolor para ayudar con el dolor intenso antes y después de la cirugía. Existen regulaciones claras de la FDA para el uso adecuado y seguro de estos medicamentos. Si surge una situación en la que hay una pregunta sobre el uso adecuado y seguro de medicamentos narcóticos para el dolor más allá de las demandas ortopédicas habituales de los pacientes, se requerirá la consulta y el tratamiento de un especialista de manejo de dolor.

Trabajo modificado y restricciones de trabajo

Durante su recuperación puede que no sea posible llevar a cabo las mismas tareas en su trabajo. Estas son las tareas que su trabajo le requería anteriormente antes de su lesión. Los requisitos de su trabajo regular se revisarán en su primera consulta con el Dr. Roache.

Las metas del "trabajo modificado" y las "restricciones de trabajo" incluyen:

1. Protegerlo de sufrir más lesiones;
2. Permitirle recuperarse y mejorarse de su lesión durante el tratamiento;
3. Permitirle continuar trabajando y ganar su salario completo;
4. Demostrarle a su empleador que usted es capaz, está disponible y desea ir a trabajar, no obstante con restricciones en sus tareas regulares.

Si el empleador no sigue las restricciones ordenadas por el doctor, entonces su empleador estará violando el Código de Trabajo de California (California Labor Code). Necesitará notificar a su manejador de caso y al Departamento de Recursos Humanos en su lugar de empleo. Si tiene un manejador de caso o abogado, debe notificarles también.

Reglas de modificaciones del estado de trabajo *

El rol del doctor es determinar qué tareas puede llevar a cabo en el trabajo sin empeorar la lesión y mientras se recupera durante el tratamiento.

El empleador debe determinar si tiene tareas que pueda llevar a cabo y que cumplan con estas modificaciones. Si pueden acomodar estas restricciones, entonces le harán regresar al trabajo. Si no pueden acomodar estas restricciones, lo sacarán del trabajo. Si el empleador no sigue las restricciones, usted debe notificarlo al Departamento de Recursos Humanos y a su manejador de caso. Si tiene un manejador de caso o un abogado, debe notificarles también.

¿Cómo son especificadas las restricciones?

El formato típico para solicitar restricciones de trabajo está basado en un día de trabajo de 8 horas y 40 horas a la semana. Aunque esto no cubre todos los tipos de empleo, esta es la forma aceptable para determinar restricciones.

Se aborda sobre acciones específicas en el trabajo (e.g., "No levantar más de 10 lb."). Las restricciones generales tales como: "puede trabajar 6 horas" o "puede llevar a cabo 75% de las tareas usuales" no se hacen, aún si el empleador solicita tales restricciones.

Paul B. Roache MD
Cirujano Ortopeda



*Algunos empleadores tendrán limitaciones de tiempo referente a cuanto tiempo el trabajo modificado estará disponible. Verifique con su empleador para asegurarse que usted entiende su situación.

¿Cuánto tiempo puede estar en "trabajo modificado"?

Las restricciones de trabajo o el trabajo modificado solo son apropiados por un corto período de tiempo. Dependiendo de su lesión, diagnóstico y tratamiento, este período de tiempo puede ser desde unos pocos días hasta seis meses. Existen pautas estrictas que se aplican para determinar cuándo es apropiado el trabajo modificado y por cuánto tiempo es apropiado. Una vez que exceda el período de tiempo apropiado para las restricciones de trabajo, el empleador puede solicitar una evaluación por parte de un doctor neutral para determinar su nivel de capacidad para trabajar en las pautas de la Compensación al Trabajador. Si esto sucede es vinculante. Para evitar esto, es recomendable estar en el trabajo modificado durante el menor tiempo necesario para la recuperación.

Regresar al trabajo regular sin restricciones – Reglas generales

Regresará a trabajar sin restricciones a medida que el tratamiento vaya progresando. Puede tener algún dolor o incomodidad cuando regrese a su trabajo regular. Muchas veces se le da al paciente una "prueba de trabajo regular" cuando el paciente regresa a sus tareas sin restricciones.

A veces, aún si el doctor determina que es seguro regresar al trabajo sin restricciones, el paciente puede no estar de acuerdo. En estas situaciones existen varias maneras de resolver esta discrepancia. Se puede solicitar un QME, puede transferirse a otro doctor, o puede comunicarse con su abogado si tiene uno.

¿Qué ocurre si no puede regresar a trabajar sin restricciones?

El objetivo es tratar la lesión y regresar al trabajo sin restricciones. Sin embargo, esto no es posible en algunas ocasiones. En estos casos, las restricciones se convierten en restricciones permanentes. Las restricciones permanentes pueden afectar su habilidad para regresar a su trabajo actual y afectará el tipo de trabajos que podrá conseguir en el futuro.

Completar el tratamiento

Cuando haya completado todo tratamiento necesario para su recuperación de la lesión, esto se considerará como completado. Esto se conoce como el mejoramiento médico máximo o MMI.

En este punto, usted será dado de alta o se graduará del cuidado ortopédico y no se solicitará que regrese a la clínica para más citas de seguimiento con el Dr. Roache. Usted pasaría a la categoría llamada "cuidado médico futuro." En esta categoría, si tiene problemas o preguntas relacionadas a la lesión, hará una cita directamente con Dr. Roache. Puede hacer esta cita cuando la necesite.

Paul B. Roache MD
Cirujano Ortopeda



Los detalles de cuidado médico futuro se mencionarán en su reporte final completado por el Dr. Roache. Bajo la Compensación al Trabajador, a este reporte se le conoce como el "Reporte PR-4 o el Reporte permanente y estacionario"

Terminología común

• **Médico primario:** el médico o doctor general que vela por su salud. Estos medicos usualmente rellenan sus medicamentos y determinan si el "trabajo modificado" es necesario. Si su cuidado fue transferido al Dr. Roache, entonces el estaría designado como su médico primario.

• **Ajustador:** el agente de la compañía de seguros médicos que es responsable de monitorear su cuidado. Si tiene dificultades administrativas (tales como no haber recibido compensación o su solicitud de cuidado fue denegada) su primer paso debe ser contactar a su ajustador.

• **Enfermera manejadora del caso:** enfermera que se asigna para asegurar que se le brinde el cuidado necesario de manera oportuna. Estas enfermeras que manejaran su caso pueden ser provechosas obteniendo autorización para su cuidado.

• **Estado de trabajo:** cualquier función que actualmente lleve a cabo en su trabajo. Por ejemplo, puede tener restricciones para levantar 10 lb. solamente. Si su empleador puede acomodar estas restricciones, entonces usted está "trabajando con restricciones." Si su empleador no puede hacer este tipo de acomodación, entonces usted "no está trabajando porque el trabajo modificado no está disponible."

• **Máximo nivel de mejoramiento (MMI):** su nivel máximo de mejoramiento después de completar su tratamiento.

• **Permanente y estacionario:** cuando todo el cuidado necesario se haya completado y usted haya alcanzado su máximo nivel de mejoramiento (MMI), entonces no necesitará cuidado médico regularmente. Se le dará un estatus "Permanente y estacionario" (o PR-4). Sin embargo, a la mayoría de los pacientes se le da el estatus de "Cuidado médico futuro" (ver abajo).

• **Estatus de cuidado médico futuro:** cuando ya no requiere cuidado medico regularmente, a la mayoría de los pacientes se les coloca en un estatus de "Cuidado médico futuro" según sea necesario.

Participación en investigaciones clínicas

Se puede pedir su participación para una investigación clínica del Dr. Roache. Esto es completamente voluntario y no afectará su cuidado de ninguna manera. La participación es anónima. Esto conlleva contestar una serie de formularios que monitorean los niveles de dolor, función motora, y el bienestar general durante su tratamiento.

Resumen

El Dr. Roache y su equipo trabajan con su clínica para proveerle la más alta calidad de cuidado ortopédico. Nuestro objetivo es tratarlo de manera segura, rápida y devolverlo a las habilidades y funciones que poseía antes de su lesión.

Descripción general de la cirugía con el Dr. Roache

Si se necesita cirugía para tratar su lesión o afección, se sigue una línea de tiempo integral para prepararlo para el procedimiento y para garantizar que se encuentre seguro y cómodo después de la cirugía.

A continuación, encontrará una breve descripción de este proceso para ayudarlo a comprender los pasos de su tratamiento. Una explicación más detallada de estos pasos se ha incluido en la página siguiente.

Resumen de la cronología quirúrgica

1. Permiso médico preoperatorio (si es necesario)
2. Autorización quirúrgica
3. Fecha y lugar de la cirugía (información enviada por correo)
4. Cita post-quirúrgica con el Dr. Roache
5. Terapia física post-quirúrgica (TP)
6. Medicamentos disponibles antes de la cirugía
7. Terapia de hielo o bolsas de hielo antes de la cirugía
8. Nada por vía oral la noche anterior a la cirugía
9. Llegue temprano el día de la cirugía
10. Chaperón en viaje de regreso a casa después de la cirugía y por la primera noche
11. Cabestrillo o muletas después de la cirugía
12. Cambio de ropa y ducha al día siguiente
13. Ejercicios caseros a partir del día siguiente a la cirugía
14. El PT comienza a los pocos días de la cirugía
15. Cita post-quirúrgica con el Dr. Roache

Detalles explicados

1. Autorización médica pre-quirúrgica: la necesidad de evaluación médica y el aclaramiento se determinan antes de la cirugía. En general, necesitará una autorización médica si tiene más de 54 años de edad, tiene algún problema médico (incluida la hipertensión bien controlada) y también se evaluará su índice de masa corporal (IMC). Si necesita autorización, se programará una cita de laboratorio pre-quirúrgico y un examen físico pre-quirúrgico.

2. Aprobación de la cirugía: el Dr. Roache creará un plan quirúrgico para usted después de que la decisión de someterse a una cirugía se haga en la clínica. Su planificador de cirugía también presentará cualquier solicitud de autorización. Esto generalmente toma entre 10 y 20 días hábiles para obtener las aprobaciones necesarias. A veces, esto requiere que el Dr. Roache hable con un cirujano de revisión sobre su cirugía. Se planea una fecha de cirugía tentativa, lo que da tiempo para que se autorice cualquier autorización previa al tratamiento médico.

3. PT post-quirúrgico: la fisioterapia post-quirúrgica se autoriza al mismo tiempo que la cirugía. Una vez que se confirma la fecha de la cirugía, las citas iniciales del PT también se programan justo después de la cirugía, según las instrucciones del Dr. Roache. Una cita post-quirúrgica para ver al Dr. Roache también se hace en este momento.

4. Terapia con hielo: normalmente, la terapia con hielo o el enfriador para las terapias con frío se usan como parte del tratamiento después de la cirugía. Esta solicitud se realiza junto con la solicitud de cirugía por parte del programador de cirugía. Si se aprueba el enfriador de terapia de frío, este llegará a través del proveedor que elija la compañía de seguros. Si el enfriador no está aprobado o no ha llegado antes de la cirugía, use hielo estándar. Si se entrega antes de la cirugía, no la lleve a la cirugía. Ignore cualquier instrucción del proveedor o por teléfono que le indique que debe llevar la unidad a la cirugía. Esto es incorrecto.

5. Medicamentos: debe recibir sus medicamentos para el malestar post-quirúrgico una semana o más antes de la cirugía. El programador de cirugía se asegurará de que sus medicamentos hayan sido ordenados 2 semanas antes de su cirugía. No debe usar este medicamento antes de la cirugía. Los antibióticos se administran durante la cirugía y no los necesita después del procedimiento.

6. Cita previa a la operación: el Dr. Roache normalmente lo verá una o dos semanas antes de la cirugía para responder cualquier pregunta adicional y asegurarse de que todo esté listo para su procedimiento.

7. Información sobre la cirugía: el programador le enviará información sobre el proceso quirúrgico. Esto incluirá la hora, fecha y lugar de la cirugía; el tiempo que debe llegar antes de la cirugía; e información básica sobre la cirugía. El Centro de Cirugía le llamará y le dará más información. Su enfermera también deberá recopilar información sobre su historial médico. El

Paul B. Roache MD
Cirujano Ortopeda



Dr. Roache realiza la mayoría de sus cirugías en el Centro de Cirugía Presidio en San Francisco. El Centro forma parte del Centro Médico del Pacífico de California y es su centro de práctica principal. El Hospital St. Francis Memorial es su lugar de práctica secundaria. Las cirugías se suelen programar los lunes y jueves. La ubicación y la fecha se especificarán claramente en su plan quirúrgico

8.No tomar o comer nada la noche antes de la cirugía: después de la medianoche de la noche anterior a la cirugía, es importante que no consuma ningún líquido o comida para la seguridad de la anestesia. Esto no incluye sorbos de agua o cubitos de hielo. Sin embargo, si la enfermera le indica que tome medicamentos para la presión arterial con sorbos de agua, puede hacerlo.

9.Llegue temprano antes de su hora programada: la hora de llegada se especifica en su información quirúrgica.

10.Viaje a casa después de la cirugía: Por su seguridad, necesitará que alguien lo acompañe a su casa después de la cirugía.

11.Cabestrillo o muletas: si se va a realizar una cirugía de hombro, necesitará un cabestrillo y el Dr. Roache le dará instrucciones sobre cómo usarlo correctamente. Por lo general, se le permite hacer ejercicios de péndulo sin el cabestrillo, pero de lo contrario debe tener el cabestrillo puesto según las instrucciones. Si va a someterse a una cirugía de rodilla, se recomienda que coloque su peso en la pierna, pero probablemente necesitará muletas para brindarle mayor comodidad y seguridad.

12.Acompañante durante la primera noche después de la cirugía: necesitará a alguien que lo acompañe o esté cerca para que lo ayude la primera noche.

13.Cambio de vendaje y ducha al día siguiente: la cirugía artroscópica utiliza un fluido estéril para llenar el espacio para la cirugía. La rodilla y el hombro absorben aproximadamente ½ litro de líquido. Este líquido se drenará durante las primeras 24 a 48 horas después de la cirugía y lleva algo de sangre. Su aspecto puede parecer rojo o puede aparecer semi-sangriento. No hay razón para alarmarse, pero puede llamar si tiene alguna pregunta. Puede ducharse y lavar el sitio de la operación con agua y jabón el día después de la cirugía. Luego debe secar el área y cubrir la herida con un vendaje.