

Terapia física después de su reemplazo de articulación

La terapia física es uno de los factores más importantes para que su nueva rodilla o cadera se recupere bien. Siempre que sea posible, quiero que la haga con mi propio equipo: ellos saben exactamente cómo manejo su recuperación, incluido el método lento y cuidadoso que uso para mantener baja la inflamación.

La terapia con mi equipo es el camino más fácil.

La terapia física ambulatoria está disponible en tres de nuestras ubicaciones. Cuando usa nuestro departamento, sus terapeutas ya tienen mi protocolo y lo siguen exactamente: no hay nada adicional que coordinar. Solo llame para programar sus citas.

A dónde ir

Llame para programar en cualquiera de estas ubicaciones; el número principal comunica con las tres:

South Bend 574-247-1572	53880 Carmichael Drive South Bend, IN
Mishawaka 574-247-2790	60160 Bodnar Boulevard Mishawaka, IN
Elkhart 574-247-6955	5230 Beck Dr, Suite 7 Elkhart, IN 46516

Cuándo comenzar

- **Comience la terapia ambulatoria entre el día 5 y el día 10 después de la cirugía.** Esperamos a propósito. Comenzar antes de que baje la inflamación temprana es lo que deja a los pacientes adoloridos y rígidos; comenzar unos días más tarde hace que la primera sesión sea productiva en lugar de dolorosa.
- Si esa ventana cae en un fin de semana, comience el lunes siguiente.
- **Programe tres (3) sesiones por semana durante aproximadamente cuatro (4) semanas.** Su terapeuta hará ajustes a medida que usted progrese.

Antes de su primera visita — verifique con su seguro

Llame a su compañía de seguros antes de su primera cita y confirme:

- ¿Requieren autorización (una orden de referido en el expediente)?
- ¿La instalación que eligió participa con su seguro?
- ¿Tendrá que pagar un copago o cumplir con un deducible?

¿Va a un terapeuta fuera de nuestra práctica?

Está perfectamente bien. Solo dele a su terapeuta externo dos cosas en su primera visita: su **orden de referido para terapia física** y el **protocolo del Dr. Cien**. Descargue e imprima el protocolo —junto con el resto de sus folletos de recuperación— en dradamcien.com/recovery.

Para ver cómo es cada semana —ejercicios, metas de caminata y objetivos de movimiento— consulte su **Guía de recuperación semana por semana**.

¿Preguntas? Llame al **574-247-9441** o escríbame en **sbortho.com**. *Preferimos saber de usted dos veces antes que pasar por alto algo importante.*