



Informação ao Utente

Indicações Pós-Operatório

Cirurgia do Membro Superior

INDICAÇÕES ATÉ REMOVER PONTOS

X NÃO DEVE:

- Usar anéis e pulseiras
- Fazer esforços
- Apanhar calor
- Molhar o penso
- Remover o penso

✓ DEVE:

- Andar com o membro ao peito
- Dormir com o membro sobre a barriga ou sobre uma almofada ao lado do tronco
- Lavar-se por partes
- Aplicar gelo (**não diretamente**) 8/8h, durante 5-10 min, durante 2-3 dias
- Tomar **paracetamol 1 grama, 8/8h** se tiver dores
- Dormir do lado contrário ao penso