

*Expert care with a personal touch*

## **SPANISH- Clase de preparación de reemplazo de articulaciones**

El Programa de Reemplazo de Articulaciones de Pomona Valley Hospital Medical Center está certificado por la Comisión Conjunta. Estamos certificados para brindar una excelente atención a los pacientes electivos de reemplazo de cadera y rodilla. Utilizamos protocolos y pautas comprobadas para ayudar a los pacientes a recuperarse más rápido. Los pacientes vuelven a sus actividades normales antes de la cirugía.



El Programa de reemplazo de articulaciones requiere que los pacientes y su "entrenador" asistan a la clase de educación antes de la cirugía. El "entrenador" es la persona de apoyo que ayudará al paciente después de la cirugía. Por lo general, este es un miembro de la familia o amigo que usted organiza.

### **Los temas de clase incluyen:**

- Preparación para la cirugía.
- Que pasa en el hospital.
- Qué esperar cuando te vayas a casa.
- Prevención de coágulos sanguíneos.
- El manejo del dolor.
- Fisioterapia y Terapia Ocupacional.
- Sesión de preguntas y respuestas.

### **Información de clase:**

- Miércoles de 3pm a 5pm
- Se ofrece una vez al mes el primer miércoles de cada mes.
- Debe llamar para una cita: 909.865.9858

### **Quién debe asistir:**

Pacientes sometidos a cirugía de reemplazo de cadera o rodilla, junto con un "entrenador".

### **Lugar de la clase:**

Pomona Valley Health Center at Claremont  
1601 Monte Vista Avenue, Suite 280 (segundo piso)  
Claremont, CA 91711

### **Instrucciones especiales y restricciones debido a COVID-19:**

- La clase máxima es de 6 pacientes por clase. Un entrenador por paciente.
- Los pacientes y el entrenador deben usar una máscara facial en todo momento cuando estén en el edificio. Esto incluye el tiempo de clase. Los pacientes y el entrenador se sentarán en la misma mesa durante la clase.
- Cada mesa estará a 6 pies de distancia.
- Los pacientes y el entrenador no pueden asistir a clase si están enfermos.

Llame para reprogramar la clase si usted o su entrenador tienen alguno de los siguientes síntomas:

- |                                   |                         |                                   |
|-----------------------------------|-------------------------|-----------------------------------|
| ▪ tos                             | ▪ fiebre                | ▪ dolor de garganta               |
| ▪ respiración dificultosa         | ▪ temblores repetidos   | ▪ resfriado                       |
| ▪ dolor de cabeza                 | ▪ resfriado/escalofríos | ▪ dolor muscular                  |
| ▪ temblores repetidos             |                         | ▪ temblores repetidos             |
| ▪ nueva pérdida de sabor u olfato |                         | ▪ nueva pérdida de sabor u olfato |

*Expert care with a personal touch*

**Direcciones:**

**Oeste con destino a la autopista 210.**

Tome la autopista 210 en dirección oeste, salga en la calle Base Line Rd. En Base Line Rd, gire a la derecha, siga Base Line Rd hasta Monte Vista Ave. En Monte Vista Ave, gire a la izquierda, siga Monte Vista Ave hasta 1601 Monte Vista Ave. El destino estará a la derecha, en la esquina de Monte Vista Ave y Claremont Blvd.

**Este con destino a la autopista 210.**

Tome la autopista 210 en dirección este, salga en la calle Base Line Rd., Gire a la izquierda en Base Line Rd., Siga Base Line Rd. En Monte Vista Ave, gire a la izquierda, siga Monte Vista Ave hasta 1601 Monte Vista Ave. El destino estará a la derecha, en la esquina de Monte Vista Ave y Claremont Blvd.

**Oeste con destino a la autopista 10.**

Tome la autopista 10 en dirección oeste, salga en la calle Monte Vista Ave y gire a la derecha. Siga Monte Vista Ave pasando Foothill Blvd hasta 1601 Monte Vista Ave. El destino estará a la izquierda, en la esquina de Monte Vista Ave y Claremont Blvd.

**Este con destino a la autopista 10.**

Tome la autopista 10 en dirección oeste, salga en calle Monte Vista Ave y gire a la izquierda. Siga en Monte Vista Ave pasando Foothill Blvd hasta 1601 Monte Vista Ave. El destino estará a la izquierda, en la esquina de Monte Vista Ave and Claremont Blvd.

