RECOMENDACIONES DE ENFERMERÍA AL ALTA EN PACIENTES INTERVENIDOS DE SÍNDROME DE TUNEL CARPIANO

¿QUÉ ES?

Es una afección en la que existe una presión excesiva en el nervio mediano en la muñeca.
Puede provocar dolor, entumecimiento, hormigueo, debilidad, o daño muscular en mano y dedos.

En la cirugía se realiza la liberación del túnel carpiano, consiste en realizar una pequeña incisión en la palma de la mano, cerca de la muñeca, luego se corta el ligamento que cubre el túnel carpiano. Esto alivia la presión en el nervio mediano.

DÍA DE LA INTERVENCIÓN

Deberá acudir a admisión de urgencias a la hora que se le ha indicado.
El celador le acompañará a la habitación donde se le preparará para quirófano.
Tras ponerse el camisón proporcionado, se le tomarán las constantes vitales, se le canalizará una vía periférica para administrar sueroterapia pautada, puede que antes de la operación se le administre también algún antibiótico intravenoso según indicación facultativa.

Se procederá a realizar el rasurado de la zona.
Tras la operación volverá a la planta, se le dará tolerancia a la hora indicada por el facultativo.
Si todo va bien se marchará a casa unas horas después.

RECOMENDACIONES AL ALTA

-Durante unos días precisará reposo con el miembro intervenido en alto con un cabestrillo, teniendo la mano más alta que el codo.
-Mover los dedos desde el primer día, flexionándolos y estirándolos hasta conseguir todo el rango de movimiento.
-Puede presentar pérdida de fuerza que recuperará paulatinamente a medida que vaya ejercitando la extremidad.
-No levantar peso.
-Acudir a cura en centro de salud tal y como le indique el informe y le explique su médico acudiendo a la retirada de puntos cuando le indique.

EJERCICIOS RECOMENDADOS

Cuando el traumatólogo se lo indique puede realizar estos ejercicios:
-Doblar los dedos: Consiste en tocar con la punta del pulgar la punta de los otros dedos. Este ejercicio favorece a la recuperación de la fuerza y movilidad.
-Abrir y cerrar la mano todo lo posible: Esta acción debe de realizarse lentamente y sin forzar.
-Apretar un objeto con la mano: Consigue una esponja u otro objeto de poca resistencia para las primeras semanas y después pasa a algo más resistente como una pelota blanda, deberá realizar movimientos muy lentos e ir aumentando la velocidad progresivamente.
-Extensión de la mano: apoyar el brazo sobre una mesa e ir levantado poco a poco la mano y mantener la posición unos segundos.

ACUDIRÁ A URGENCIAS O CONSULTARÁ CON SU MÉDICO SI PRESENTA:

-Fiebre de 38º o mayor.
-Coloración oscura (morada) de los dedos, incluso con miembro intervenido elevado.
-Pérdida o disminución de sensibilidad de los dedos.
-Sangrado anormal de la herida.