
Instrucciones de alta para la descompresión del túnel carpiano

A usted le han practicado un procedimiento llamado descompresión del túnel carpiano para ayudar a aliviar los síntomas del síndrome del túnel carpiano. En el síndrome del túnel carpiano, se comprime e irrita un nervio de la muñeca. Esto causa entumecimiento y dolor en los dedos y la mano. La descompresión del túnel carpiano alivia la compresión del nervio. Aquí encontrará algunas instrucciones que le permitirán cuidar el brazo y la muñeca cuando esté en su casa.

Cuidados en el hogar

- No apriete demasiado los objetos al agarrarlos ni levante objetos con el brazo afectado.
- Use el vendaje, la férula o el yeso según lo indicado por su proveedor de atención médica.
- Mantenga siempre el vendaje, la férula o el yeso bien secos y limpios.
- Al ducharse, cúbrase la mano y la muñeca con un plástico —y séllelo con cinta o bandas elásticas— para mantener siempre seco el vendaje, la férula o el yeso. Dúchese cuando lo necesite.
- Utilice una bolsa de hielo, de chícharos congelados o de algo similar envuelta en un paño delgado sobre la muñeca. Esto se usa para reducir la hinchazón durante las primeras 48 horas. Aplíquese la compresa de hielo durante 20 minutos y luego quítesela durante otros 20 minutos. Repita este procedimiento cuantas veces sea necesario.
- Mantenga el brazo elevado sobre el nivel del corazón durante 24 a 48 horas después de la cirugía.
- Haga los ejercicios que le enseñaron, según las indicaciones del proveedor.
- Tome los analgésicos según las indicaciones.
- No conduzca hasta que el proveedor de atención médica le indique que pueda hacerlo. Nunca maneje mientras esté tomando medicamentos contra el dolor que contengan narcóticos.
- Pregunte a su proveedor cuándo puede volver a su trabajo. Si su trabajo requiere levantar objetos pesados, quizás no pueda volver a trabajar por varias semanas.

Seguimiento médico

Programe una visita de seguimiento según le indique el proveedor de atención médica.

Cuándo llamar al 911

Llame al 911 de inmediato si presenta algo de lo siguiente:

-
- Dolor en el pecho
 - Falta de aire

Cuándo llamar a su proveedor de atención médica

Llame de inmediato al proveedor de atención médica si nota alguno de los siguientes síntomas:

- Férula, yeso o vendaje que se humedecen
- Aumento del sangrado o supuración de la incisión
- Abertura de la incisión
- Fiebre de 100.4 ° F (38 °C) o más alta, o según le indique su proveedor de atención médica
- Escalofríos con temblores
- Aparición de entumecimiento en los dedos de la mano o en el pulgar
- Coloración azulada en la mano o los dedos
- Dolor que empeora con o sin actividad
- Enrojecimiento, sensibilidad al tacto o hinchazón de la herida que empeoran