



## Cuidado de heridas en casa



### Descripción general

Ya sea que usted tenga una úlcera cutánea crónica, una herida quirúrgica o cualquier otro tipo de lesión en la piel, el cuidado apropiado de la herida es importante. Sin este, incluso una pequeña herida en la piel puede convertirse en un gran problema. Si su médico le ha dado un plan de cuidados para su herida, sígalo cuidadosamente. Asimismo, repasemos también algunos principios básicos del cuidado de las heridas.

### Mantenga sus manos limpias

Primero que nada, mantenga todo limpio. Lávese siempre las manos antes de tocar su herida, la piel circundante o las vendas. Lave sus manos con jabón o con un desinfectante de manos aprobado.

### Retiro del apósito

Cuando llega el momento de cambiar su vendaje, quítelo con cuidado. Luego, lave sus manos de nuevo. Ahora, limpie delicadamente su herida y la piel circundante con una solución salina. O, puede utilizar agua jabonosa suave. No utilice alcohol, agua oxigenada, yodo o limpiadores de piel. No utilice jabón antibacteriano. No utilice cremas, lociones u otros productos que su médico no le haya recomendado. Seque su herida dándole ligeras palmaditas con una tela suave y seca o con una gasa.

### Vendaje nuevo

Ahora, coloque cuidadosamente el nuevo apósito. Utilice solo vendaje limpio. Cuando haya terminado, lave sus manos otra vez.

### Busque ayuda

Y finalmente, esté atento a señales de infección, tales como hinchazón, supuración o cambios en el color de la piel. ¿No está sanando bien su herida, incluso después de varias semanas de cuidado en su casa? ¿Tiene fiebre? Esos son problemas serios que requieren atención médica. Su médico creará un plan de cuidados que sea adecuado para usted.

