

INSTRUCCIÓNS PARA PACIENTES POSTOPERADOS DE **TÚNEL CARPIANO**

Que é o síndrome do túnel carpiano?

É a compresión do NERVIO MEDIANO no pulso. Os síntomas máis habituais son: adormecemento dos dedos polgar, índice e medio (non o dedo pequeno) e debilidade (caen os obxectos da man).

Que podo facer para recuperarame?

Despois da cirurxía recomendámoslle:



Mover os dedos

- Dende o primeiro día
- Permítese o uso da man operada para as tarefas habituais (comer, aseo, escribir, etc)



Evitar os pesos

- Non faga esforzos nin levante pesos maiores de 1Kg



Curas

- Pida cita para enfermaría no seu Centro de Saúde.
- Recomendamos facer cura da ferida cada 3-4 días.
- Habitualmente os puntos caen sos. Se non, ós 15 días poden retirarse.
- Na primeira cura cambiaránlle a vendaxe por un apósito. Tamén pode deixar de usar a estribeira.



Síntomas habituais

- Os primeiros días pode presentar dor na ferida e notar menos forza na mán ó facer a prensión. É normal, non se alarme. Poden tardar semanas en desaparecer e recuperarse.
- Pode aplicar frío (nunca directamente sobre a pel nin máis de 10 min seguidos).
- Tamén pode tomar algún analxéxico se o precisa.



Revisión

- A primeira revisión en Consulta de Traumatoloxía adoita ser ás 6 semanas
- Non ten que pedir cita. Chamaranlo/a por teléfono ou por carta para decirlle o día e a hora.

Desexámoslle que se recupere axiña.

Pode encontrar e ampliar máis información na web www.ferrol.sergas.gal

