quirónsalud

La salud persona a persona



CURAS

RECOMENDACIONES TRAS LA REALIZACIÓN DE SUTURAS

¿Qué debes saber?

1. Tras la sutura, dejamos la herida tapada con un apósito con gasas. Debes tenerla **tapada y seca** durante **24 horas**.

2. En caso de que la sutura esté situada en el cuero cabelludo puede ser que no se lleve tapada.

3. Si tu médico no te ha recomendado lo contrario, puedes **quitarte el apósito y ducharte al día siguiente** de la realización de la sutura.

4. Después de ducharte, **seca la herida** con cuidado utilizando **gasas o secador** de aire frío y aplica **clorhexidina** si no eres alérgico/a a la misma.

5. Tu médico o enfermero/a te indicará cuándo se han de retirar los puntos.

6. Tras la retirada de los puntos, para **reducir la cicatriz** te recomendamos que utilices los primeros meses **crema de protección solar**, evitando el sol todo lo que sea posible.

7. Si te han colocado "**puntos de papel**", debes saber que se te irán **cayendo solos**.

quirónsalud

¿Qué debes evitar?

1. **Sumergir la herida** en la bañera, piscina, playa, etc.
2. Hacer **movilizaciones o esfuerzos** que hagan que "tire" de la zona de la herida y pueda abrirse.
3. Tener una **sudoración excesiva**.
4. Dejar la **zona húmeda**.

¿CUÁLES SON LOS SIGNOS DE ALARMA?

Acude al **Servicio de Urgencias** o consulta a tu **médico** en caso de:

- **Sangrado importante** de la herida.
- **Separación** de los bordes de la herida o **pérdida de la sutura**.
- **Inflamación, enrojecimiento y calor** en la zona de la herida.
- **Dolor excesivo** que no cede con la analgesia recomendada.



CURAS

quirónsalud

RECOMENDACIONES AL ALTA PARA VENDAJES DE ESCAYOLA

1. Durante las **primeras 48 horas** puedes notar la sensación de que el yeso esté muy apretado, pero es normal. Para reducir esa sensación y la inflamación, deberás mantener la **extremidad elevada**.

2. A no ser que el traumatólogo diga lo contrario, debes **mover varias veces al día** (5 minutos cada hora) todas las articulaciones vecinas no inmovilizadas en el yeso (dedos, hombros, etc.).

3. En determinados casos, especialmente en los vendajes de las piernas, es posible que el médico te haya indicado un medicamento llamado **HEPARINA** para la prevención de enfermedades trombóticas que se administra en forma de inyección. Es muy importante que **cumplas las instrucciones** que se te den.

4. **No mojes ni golpees la escayola.** Si se te permite caminar después de las primeras 48 horas tras haberse colocado el vendaje de yeso, lo harás con un "**yeso-pie**" que puedes adquirir en una ortopedia o farmacia. Si tienes colocada una **férula de escayola**, en ningún caso debes apoyar el vendaje en el suelo hasta que te coloquen un yeso completo.

5. **No retires el almohadillado** de algodón.

6. **No emplees objetos punzantes** para rascarte por dentro de la escayola.

7. **No cortes ni recortes** los extremos del yeso.

8. Si usas **cabestrillo**, mantén una **colocación correcta** con la mano sobre el pecho a la altura del corazón.

9. En el informe de alta hospitalaria, tu médico ha prescrito **analgesia** para seguir en casa. **Cumple con el tratamiento**.

quirónsalud

¿CUÁLES SON LOS SIGNOS DE ALARMA?

Acude al **Servicio de Urgencias** o consulta a tu **médico** en caso de:

Inflamación, palidez o **color azulado** de los dedos o la extremidad afectada.

Dolor o rigidez de los dedos o extremidad afectada que persiste **media hora** después de haberlos elevado.

