

# Información para el Paciente

## TUNEL CARPIANO

### ¿QUÉ ES?

El **túnel carpiano** es un canal o corredor en la cara anterior o flexora de la muñeca, situado entre los huesos de la muñeca y el ligamento anular del **carpo**, por el cual pasan los tendones flexores de los dedos y el nervio mediano. El síndrome del **túnel carpiano** es una enfermedad que produce daño del nervio mediano.

### 1. ALIMENTACIÓN:

Se podrá tomar todo alimento que se tolere. Se recomienda aumentar la ingesta de líquidos, de 1,5 a 2 litros de agua al día.

### 2. CUIDADOS DE LA HERIDA:

- Mantener la **extremidad elevada** durante los periodos de sedestación.
- **Movilización de los dedos** del pie intervenido.
- Se realizará **1ª cura a las 48 horas** en “sala de curas traumatología” de este hospital en la fecha establecida en informe de alta.
- Las siguientes curas se realizarán según prescripción médica.
- Revisión por su médico.
- Se recomienda **reposo relativo** durante la primera semana.

### 3. OTRAS INDICACIONES:

- Evitar esfuerzos.
- Toma de analgésicos según prescripción.
- Uso de dispositivos de ayuda para la deambulación (si fuese necesario)
- Ir aumentando la deambulación dependiendo de la tolerancia.
- Mantener extremidad lejos de focos de calor (brasero, hogueras...) para evitar sangrado e inflamación.

#### OBSERVE

- Si inflamación o sangrado o mal olor en la zona.
- Si dolor importante que no cede con analgesia.
- Si temperatura mayor de 38º C.

**PÓNGASE EN CONTACTO CON SU ENFERMERA / MÉDICO DE REFERENCIA  
O ACUDA AL SERVICIO DE URGENCIAS.**



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área “Mi Quirónsalud” de [quironsalud.es](http://quironsalud.es), o en nuestra App.

**Hospital El Pilar**  
Grupo  **quirónsalud**