

Con una escayola a casa

UNA ESCAYOLA Y ¿ENTONCES?

Por orden del médico, acaba de recibir una escayola o vendaje sintético. En este folleto podrá leer lo que puede y no puede hacer con ello.

¿CUÁNDO ESTÁ EL VENDAJE LO SUFICIENTEMENTE DURO?

El vendaje sintético ya ha obtenido su fuerza máxima después de una hora. En una escayola esto dura 24 horas. Durante esas 24 horas tendrá que tener mucho cuidado con la escayola. No coloque su brazo o pierna escayolado sobre bordes duros, coloque un cojín debajo.

FÉRULA DE YESO

En caso de férula de yeso en el brazo, tendrá que mantener el brazo elevado con ayuda de un cabestrillo. Además de eso su mano tendrá que estar más elevada que el codo. Por las noches se podrá quitar el cabestrillo y colocar su brazo sobre un cojín.

Si tiene una férula de yeso en la pierna, tendrá que mantener esa pierna elevada. Para ello mantiene el tobillo algo más elevado que la rodilla y la rodilla a su vez más alta que su pelvis. Al sentarse coloca la pierna sobre un cojín colocado encima del asiento de silla enfrente de usted. En la cama puede colocar uno o dos cojines debajo de la parte donde pone los pies de su colchón.

NO HACER

- Pueden surgir hinchazones. Estas pueden llevar a trastornos en la circulación de la sangre. Por eso, no ha de llevar anillos si su brazo está escayolado o tiene un vendaje sintético.
- A través del color de las uñas controlamos la circulación de la sangre. Por eso no ha de utilizar esmalte para las uñas.
- Una herida debajo de la escayola puede causar una infección. Por eso, si tiene picor nunca se arrasque con objetos afilados debajo de la escayola.
- la escayola no se puede mojar. No se puede duchar sin llevar una funda especial de protección. No puede nadar.
- El vendaje sintético es resistente al agua, pero el vendaje que hay debajo si absorbe el agua. Esto puede llevar a

irritaciones y complicaciones en la piel. Por eso, tampoco se podrá duchar sin llevar una funda especial protectora, ni nadar.

- No intente nunca quitarse usted mismo la escayola.

SI HACER

- En caso de escayola que permite andar lo mejor que puede hacer es elevar un poco el zapato de su pie sano.
- El vendaje sintético lo puede limpiar por la parte exterior con un trapo mojado o un cepillo.

EJERCICIOS

Mientras lleve la escayola o el vendaje sintético, en deliberación con su médico o la persona que le coloca la escayola, hará regularmente los ejercicios siguientes:

en caso de lesión del brazo:

- mover los hombros y los codos;
- estirar completamente los dedos ;
- hacer un puño;
- tensar los músculos del brazo.

en caso de lesión de la pierna:

- mover la cadera y los dedos del pie;
- tensar los músculos de la pierna levantando la pierna.

ATENCIÓN

Póngase en contacto por teléfono con la sala de enyesado si:

- sus dedos se hincharan preocupantemente o se pusieran morados y eso no desapareciera después de haber elevado su brazo o pierna;
- sus dedos se ponen blancos;
- le entra hormigueo en los dedos o le duelen;
- la escayola muestra grietas o rajas;
- la escayola se ha mojado;
- se dan otro tipo de cosas que no confía.

¿PREGUNTAS?

Si tuviera alguna pregunta, hágasela sin duda alguna a su médico de tratamiento o al que le pone la escayola.

NÚMEROS DE TELÉFONO

IMPORTANTES

La sala de enyesado de lunes a viernes
inclusive entre las 8:30 y 16:30 horas
020 - 512 4102.

El departamento de Urgencias
Por las noches y durante los fines de semana.
020 - 512 4113.

¿DÓNDE?

La sala de enyesado se encuentra en la
planta baja, en la entrada de la policlínica,
enfrente del laboratorio de inyecciones
(OOK).

