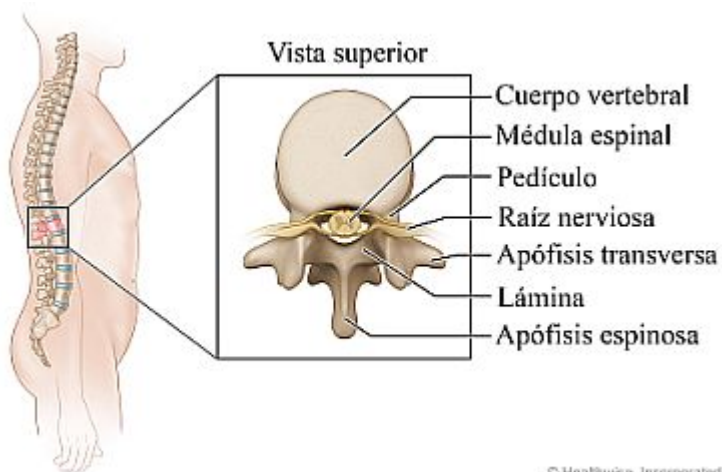


Fractura de la columna vertebral: Instrucciones de cuidado [Spine Fracture: Care Instructions]



Generalidades

Una fractura de la columna vertebral ocurre cuando se rompe uno de los huesos (vértebras) de la columna vertebral. El cuerpo de la vértebra, que soporta el peso, puede fracturarse. Tiene huesos más pequeños que se ramifican para formar un anillo de protección alrededor de la médula espinal. Estos huesos, que también pueden romperse, incluyen:

- La apófisis espinosa, que sobresale detrás de la vértebra.
- Las apófisis transversas, que sobresalen de los costados.
- Los pedículos, que conectan las apófisis al cuerpo vertebral.
- La lámina, que conecta las apófisis entre sí.

Una fractura de la columna vertebral puede dañar la médula espinal o una raíz nerviosa. La raíz nerviosa es la parte del nervio que conduce desde la médula espinal hasta el resto del cuerpo. Su médico le dará información específica sobre el tipo de fractura que usted tiene.

Es posible que lo envíen a casa con un aparato ortopédico para ayudar a sanar la espalda. Con algunos cuidados en el hogar, usted puede ayudar a que la columna vertebral sane.

Usted sana mejor cuando se cuida bien. Coma una variedad de alimentos saludables y no fume.

La atención de seguimiento es una parte clave de su tratamiento y seguridad. Asegúrese de hacer y acudir a todas las citas, y llame a su médico si está teniendo problemas. También es una buena idea saber los resultados de sus exámenes y mantener una lista de los medicamentos que toma.

¿Cómo puede cuidarse en el hogar?

- Siga las instrucciones de su médico respecto al reposo en cama y la actividad. Si tiene un aparato ortopédico, úselo según las indicaciones. No deje de usarlo hasta que su médico se lo indique.
- Haga todos los ejercicios que le hayan indicado para mantener sus músculos fuertes y reducir la rigidez.
- Sea prudente con los medicamentos. Tome los analgésicos (medicamentos para el dolor) exactamente según lo indicado.
 - Si el médico le dio un analgésico recetado, tómelo según las indicaciones.
 - Si no está tomando un analgésico recetado, pregúntele a su médico si puede tomar uno de venta libre.
- Aplíquese hielo o una compresa fría en la zona adolorida de 10 a 20 minutos a la vez. Trate de hacerlo con una frecuencia de 1 a 2 horas durante los siguientes 3 días (cuando esté despierto). Póngase un paño delgado entre el hielo y la piel o el aparato ortopédico.
- Asegúrese de que los espacios por los que camine en su casa estén despejados para no caerse. Además, asegúrese de que la luz sea apropiada y de que las alfombras estén pegadas al suelo para evitar tropezar.
- No conduzca a menos que su médico lo autorice. Si le permiten conducir, use siempre el cinturón de seguridad.
- Consulte con su médico acerca de medicamentos o cambios en la dieta que puedan ayudarle a fortalecer los huesos.

¿Cuándo debe pedir ayuda?



Llame al 911 en cualquier momento que considere que necesita atención de urgencia. Por ejemplo, llame si:

- No puede mover un brazo o una pierna en absoluto.

Llame a su médico ahora mismo o busque atención médica inmediata si:

- Tiene síntomas nuevos o peores en los brazos, las piernas, el pecho, el abdomen o las nalgas. Los síntomas pueden incluir:
 - Entumecimiento u hormigueo.
 - Debilidad.
 - Dolor.
- Pierde el control de la vejiga o los intestinos.
- Tiene dolor abdominal, abotagamiento, vómito o náuseas.

Preste especial atención a los cambios en su salud y asegúrese de comunicarse con su médico si:

- Tiene fiebre, pierde peso o no se siente bien.
- No mejora como se esperaba.

¿Dónde puede encontrar más información en inglés?

Vaya a <https://spanishkb.healthwise.net/Patientedes>

Escriba **R964** en la celda de búsqueda para aprender más acerca de "**Fractura de la columna vertebral: Instrucciones de cuidado**".

©2006-2022 Healthwise, Incorporated.

Estas instrucciones de cuidado son para usarlas con su profesional clínico registrado. Si tiene preguntas acerca de una afección médica o de estas instrucciones, pregunte siempre a su profesional de la salud. Healthwise, Incorporated niega cualquier garantía o responsabilidad por su uso de esta información.