

Inyección epidural lumbar de esteroides: Qué esperar en el hogar

[Lumbar Epidural Steroid Injection: What to Expect at Home]

Su recuperación

Durante la inyección epidural lumbar, el médico le inyectó un medicamento esteroideo en la zona que rodea la médula espinal para ayudar con el dolor, el hormigueo o el entumecimiento.

Los esteroides no siempre funcionan. Y cuando lo hacen, son necesarios algunos días. Sin embargo, el alivio del dolor puede durar de varios días a algunos meses o más.

La inyección también pudo contener un medicamento anestésico que funciona de inmediato por un corto tiempo. Puede hacer que usted sienta las piernas pesadas o entumecidas al principio. Probablemente no tenga problemas para caminar. Pero quizás necesite tener algo más de cuidado.

Los efectos del medicamento anestésico deberían desaparecer en unas cuantas horas.

Esta hoja de cuidados le da una idea general de cuánto tiempo tardará en recuperarse. Sin embargo, cada persona se recupera a un ritmo diferente. Siga los pasos siguientes para sentirse mejor tan pronto como sea posible.

¿Cómo puede cuidarse en el hogar?



Actividad

- Tal vez desee hacer menos de lo normal durante unos días. Pero también es posible que pueda volver a su rutina diaria.
- Puede ducharse si su médico lo aprueba. No tome un baño de inmersión en una tina durante las primeras 24 horas, o hasta que su médico lo apruebe.



Alimentación

- Puede consumir su dieta normal.



Medicamentos

- El médico le dirá si puede comenzar a tomar sus medicamentos de nuevo y cuándo puede hacerlo. También recibirá instrucciones acerca de tomar cualquier medicamento nuevo.

- Si dejó de tomar aspirina o algún otro anticoagulante, su médico le dirá cuándo puede comenzar a tomarlo nuevamente.
- Sea prudente con los medicamentos. Lea y siga todas las indicaciones de la etiqueta.
 - Si el médico le recetó un analgésico, tómelo según las indicaciones.
 - Si no está tomando un analgésico recetado, pregúntele a su médico si puede tomar uno de venta libre.



Hielo

- Si el sitio de la inyección está adolorido o sensible, colóquese hielo o una compresa fría durante 10 a 20 minutos cada vez. Póngase un paño delgado entre el hielo y la piel.

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.

¿Cuándo debe pedir ayuda?



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

- Se desmayó (perdió el conocimiento).
- Tiene dificultad para respirar.

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

- Siente un dolor nuevo o el dolor empeora.
- Tiene un entumecimiento nuevo en las nalgas o las piernas.
- Tiene debilidad nueva en las nalgas o las piernas.
- Tiene un dolor de cabeza intenso.
- Tiene nueva pérdida de control de la vejiga o los intestinos.
- Tiene señales de infección, tales como:
 - Aumento del dolor, la hinchazón, la temperatura o el enrojecimiento.
 - Fiebre.

Preste especial atención a cualquier cambio en su salud y asegúrese de comunicarse con su médico si:

- No mejora como se esperaba.