Dolor en la cabeza o la cara: Instrucciones de cuidado [Head or Face Pain: Care Instructions]

Instrucciones de cuidado

Algunas causas comunes de dolores en la cabeza o la cara son las alergias, el estrés y las lesiones. Otras causas incluyen problemas dentales e infecciones de los senos paranasales. Ciertos alimentos, como el chocolate o el queso, o ciertos líquidos, como el café o las bebidas de cola, pueden producirles dolor de cabeza a algunas personas.

Si tiene dolor de cabeza leve, es posible que no necesite tratamiento. Es importante observar los síntomas y hablar con su médico si el dolor persiste o empeora.

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?

- Tome los analgésicos (medicamentos para el dolor) exactamente como le fueron indicados.
    - 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.
- No haga esfuerzos durante los próximos días o más si no se siente bien.
- Use una toalla húmeda tibia o una almohadilla térmica a baja temperatura para relajar los músculos tensos de los hombros y el cuello. Pídale a alguien que le haga masajes suaves en el cuello y los hombros.
- Colóquese hielo o una compresa fría en la zona de 10 a 20 minutos cada vez. Póngase un paño delgado entre el hielo y la piel.

¿Cuándo debe pedir ayuda?

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

- Tiene tics, sacudidas o un episodio de convulsiones.
- Se desmayó (perdió el conocimiento).
- Tiene síntomas de un ataque cerebral. Estos pueden incluir:
  - Entumecimiento, hormigueo, debilidad o parálisis repentinos en la cara, el brazo o la pierna, sobre todo si ocurre en un solo lado del cuerpo.
  - Cambios súbitos en la vista.
  - Problemas repentinos para hablar.
  - Confusión súbita o dificultad repentina para comprender frases sencillas.
  - Problemas repentinos para caminar o mantener el equilibrio.
  - Un dolor de cabeza intenso y repentino, distinto a los dolores de cabeza anteriores.
- Tiene dolor en la mandíbula y en el pecho, el hombro, el cuello o el brazo.

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

- Tiene fiebre junto con rigidez en el cuello o un dolor de cabeza intenso.
- Tiene náuseas y vómito, o no puede retener alimentos o líquidos en el estómago.

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

- El dolor de la cabeza o la cara no mejora como se esperaba.

¿Dónde puede encontrar más información en inglés?

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

Escriba **P568** en la celda de búsqueda para aprender más acerca de **"Dolor en la cabeza o la cara: 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.