



Hospital La Fuenfría

Comunidad de Madrid



GUÍA DE ENFERMERÍA

CONSEJOS PARA LOS CUIDADOS AL ALTA DE PACIENTES EN UNIDADES DE TRATAMIENTO NEURORREHABILITADOR



Ayudando a cuidarse.

En el momento del alta hospitalaria, es posible que usted se sienta “solo” porque todavía es dependiente y necesita ayuda para las actividades de la vida diaria. Recuerde que no va a estar solo.

Su familia ha aprendido a cuidarle, su Centro de Salud estará pendiente de sus necesidades y nosotros seguiremos aquí, para ayudarle y orientarle siempre que lo necesite.

Tanto para usted como para su familia es duro enfrentarse a su cuidado en su propio domicilio. Recuerde que lo que está aprendiendo es completamente nuevo.

Trabaje despacio y sea generoso con usted mismo si comete errores.

Muchos pacientes que han sufrido un accidente vascular, al volver a su domicilio reanudan la mayoría de sus actividades, pero otros deben hacer reajustes en su forma de vida y puede resultar estresante.

Nosotros le enseñaremos como solucionar algunos problemas de la vida diaria y le daremos alternativas que le servirán de ayuda a usted y a su familia, en su domicilio.

COMUNICACIÓN:

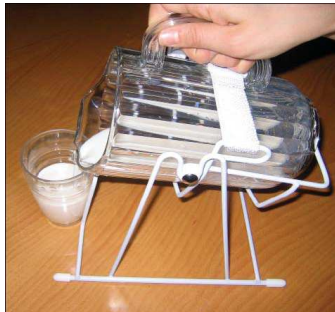
- Usar un lenguaje claro y en un tono adecuado.
- Utilizar frases cortas y precisas.
- Usar gestos para acompañar al mensaje.



- Mantener el contacto visual.
- Órdenes simples: si es necesario, secuenciar la acción.
 - Por ejemplo: estirar el brazo, abrir la mano, sujetar el vaso, levantar el brazo, llevar el vaso a la boca, ... (para secuenciar la orden de beber).

ATENCIÓN A LOS ELEMENTOS DEL HOGAR:

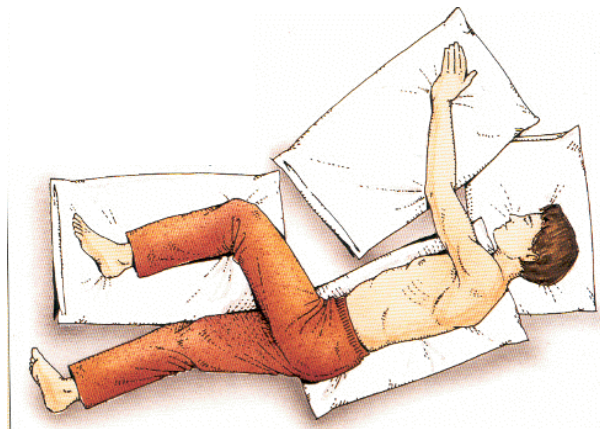
- Colocar los objetos que pueda precisar en su lado afecto, preferiblemente.
- En el caso de que tenga muchos problemas de movilidad, favorecer su autonomía colocándolos en el lado sano, y progresivamente, irlos llevando al lado afectado.



- Consultar al enfermo cualquier cambio y procurar no modificar mucho su entorno (movernos lentamente en su presencia y no alterar la posición de los elementos de la habitación bruscamente).
- Orientarle mediante el uso de un reloj y un calendario (mejor, de gran tamaño).

MOVILIDAD Y CUIDADOS DE LA PIEL:

- Limpiar e hidratar la piel, vigilando el estado de la misma.
- Evitar que pase mucho tiempo en la misma postura, y proteger los salientes óseos para evitar presión excesiva en los mismos.



- Atender a los miembros afectados, procurando que el paciente cuide de ellos, y no ejercer presión sobre los mismos, ni que queden mal colocados.
- Realizar cambios posturales y favorecer la movilización.

SEGURIDAD:

Usar todos los elementos que puedan ser necesarios y le hayan recomendado para evitar los riesgos de lesiones y caídas, y favorecer su movilidad (por ejemplo, agarraderas en el baño, superficies antideslizantes, andadores...).



ELIMINACIÓN:

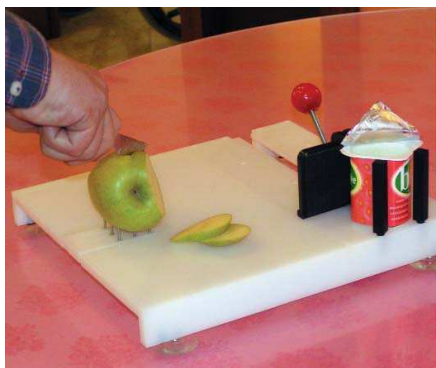
Vigilar las deposiciones en número y consistencia.

NUTRICIÓN:

- Llevar a cabo una alimentación y nutrición adecuadas.
- En el caso de que se haya detectado disfagia (dificultad al tragar):

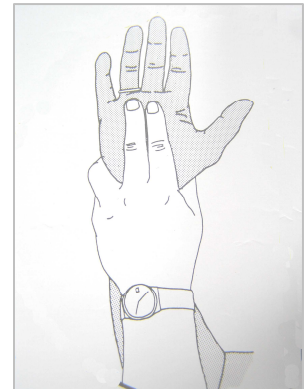


- Procurar ofrecer alimentos en forma de puré y líquidos con espesante o gelatinas.
- Dar el alimento por el lado no afectado, para evitar atragantamientos.



PRECAUCIONES ANTE LA FALTA DE SENSIBILIDAD:

- No se olvide de que tiene disminuida o alterada su sensibilidad al dolor.
- Procurar que no tenga contacto con elementos excesivamente fríos o calientes.



A TENER EN CUENTA:

- Muchos enfermos presentan alteraciones de la conducta y/o deterioro cognitivo:
 - Informarse con un especialista (personal del hospital) de cómo deben ser manejados los enfermos en este caso.
- Algunos pueden presentar convulsiones:
 - Consultar con su médico responsable.