

+ Sala de yeso



Cabestrillo para
el brazo



• Introducción

Como tiene usted una fractura del brazo va a utilizar un cabestrillo para mantenerlo en reposo. Un Cabestrillo es una bauta de tela o material ortopédico removible con velcro. El codo y hombro tienen que quedarse libres. Puede mover el brazo completo, mientras su fractura está protegida. No se quite el cabestrillo ni siquiera por la noche, solamente si el doctor lo recomienda. Lea la información en este folleto y sigue las instrucciones.

Visita a la sala de yesos

Durante cada visita tienes que acudir a la sala de yeso, donde está la ventanilla de la misma. Aquí controlan sus informaciones personales. Tiene que traer su tarjeta de AZV también. No olvide la carta de autorización del especialista.

Movimiento/Descanso

- Jamás ponga el codo afectado sobre la baranda de una silla o sobre una almohada. Se debe llevar el brazo en un cabestrillo. Así la fractura queda en su lugar.

- **Por la noche puedes conseguir muchas molestias del brazo fracturado. Para poder dormir, puedes hacer lo siguiente:**

- Debe tomar el analgésico prescrito;
- Procurar tener una buena postura, semi- sentada a la hora de estar sobre la cama, o levantar la cabecera o poner una almohadas detrás de la espalda.

Poner atención: tu brazo debe permanecer colgado libre, no debes poner almohadas debajo del codo. Se debe mantener el cabestrillo colocado;

- Para mantener tu brazo inmóvil por la noche, entonces si puede usar una almohada para que su brazo descanse.

- Para la circulación es importante que sus hombros, codos, muñecas y manos puedan moverse libremente. Si el lugar donde se encuentra la fractura le provoca demasiado dolor, debe parar de realizar los movimientos y comenzar de nuevo después de media hora.

Los siguientes movimientos se pueden hacer cada media hora:

Muñecas:

rotar sus muñecas,

- 15 veces a favor de las manecillas del reloj
- 15 veces en contra

Codos:

Flexión y extensión del codo, 15 veces, lo más que sea posible.

Hombro:

Escoger una postura sentada y ligeramente doblado, y usar movimientos circulares como si estuvieras dando vueltas en una olla grande, donde usted trata de hacer que la olla se ponga más grande.

Haga este ejercicio un minuto hacia el lado derecho y un minuto hacia el lado izquierdo.

Dolor

El dolor ocurre cuando hay fractura por lo tanto debe usar el cabestrillo. Debe tomar el analgésico según la prescripción de su médico. El uso del cabestrillo no debe ocasionarle heridas ni dolor.

Cuidado del brazo/ Debajo del brazo

Puedes retirar el cabestrillo solamente si el doctor le da la autorización! Antes de retirar el cabestrillo, puede bañarse, eventualmente con un poco de ayuda.

Para el cuidado debajo del brazo, puede flexionar la parte superior de su cuerpo un poco hacia delante y dejar el brazo colgar relajado.

Para evitar irritación en la piel, puede poner toallas higiénicas debajo del brazo. Cuando se le permita retirar el cabestrillo, entonces si puede bañarse normalmente. También puede pedir ayuda.

Manejar Autos

Mientras uses el cabestrillo, no debe manejar el auto. El seguro no le cubre. Si tienes más preguntas relacionadas con esto, usted puede tomar contacto con su compañía de seguro de autos.

Contacto con la sala de yeso

Puede tomar contacto con la sala de yeso, si a pesar de los consejos expuestos arriba, aun tiene molestia debido a:

- aumento o persistencia de dolor;
- presión en una área;
- hormigueo persistente en los dedos.

Tomar contacto también:

- si no puede estirar sus dedos/ muñecas;
- si el cabestrillo está roto;
- Si un borde del cabestrillo no coincide con otro (si el cabestrillo no tiene la tensión adecuada)
- si tiene más preguntas o cualquier duda.

Accesibilidad

Dr. Horacio E. Oduber Hospital
Dr. Horacio E. Oduber Boulevard #1
Sala de Yeso
Teléfono: 527 4547

Después de las 8 de la noche puede contactar el departamento de primer auxilio por 527 4000.

www.arubahospital.com