

# GUÍA INFORMATIVA PARA EL PACIENTE CON HERIDA CRANEAL

## QUE DEBE HACER PARA SU AUTOCUIDADO.

- Lávese las manos.
- Realice lavados de cabeza con su champú habitual.
- Seque el cabello con secador a temperatura media.
- Cure diariamente la herida con clorhexidina o povidona yodada (no mezclar ambos productos).
- Tras la retirada de la sutura, aplique una loción oleosa (vaselina, aceite de almendras, mosqueta, argán...) sobre la cicatriz para facilitar la eliminación de la costra e hidratarla.
- Cuando termine, lávese las manos, guarde el material en lugar limpio y seco.
- Deje la herida al aire mientras esté en su domicilio.



## RECOMENDACIONES PARA LA VIDA DIARIA.

- Duerma con la cabeza elevada.
- La Diabetes Mellitus, fumar y la obesidad aumentan el riesgo de complicaciones infecciosas o retrasos en la cicatrización, por lo que debe controlarlos.
- Mantenga una alimentación equilibrada, rica en frutas y verduras, con el aporte de proteínas adecuado.



- Proteja la herida de la luz solar al menos tres meses para evitar su hiperpigmentación.
- Evite sustancias tóxicas para la piel (lacas, tintes, permanentes...) durante 3-4 semanas.
- No use prendas o materiales que impidan la transpiración de la piel (pelucas...)

- Evite esfuerzos, ya que esto ejerce presión sobre la cabeza. Al agacharse mantenga recta su espalda doblando las rodillas y evite el estreñimiento.

**CORRECTO**



**INCORRECTO**



- En caso de tener dolor, tome los analgésicos prescritos por su médico y siga los consejos de su enfermera.
- Evite el reposo excesivo. Puede caminar diariamente a ritmo suave.

## SIGNOS DE ALARMA

- Inflamación de la zona.
- Separación de los bordes de la herida.
- Signos de infección:
  - ✓ Aumento del calor en la zona.
  - ✓ Salida de pus por la herida.
  - ✓ Fiebre (mayor 38°).



- Salida del líquido claro por la herida.
- Dolor que no cede con los analgésicos.

## CUÁNDO DEBE ACUDIR A LOS PROFESIONALES SANITARIOS

- Si observa alguno de los datos de alarma citados anteriormente.
- Acudirá a la enfermera de su centro de salud para retirada de los puntos de sutura.
- Si cuida de forma adecuada su herida, mejorará su bienestar personal y evitará posibles reingresos en el hospital.
- Póngase en contacto con su enfermera de Atención Primaria en caso de observar alguno de los signos de alarma citados o si tiene alguna duda en cuanto a los cuidados de su herida.

Fecha elaboración	Noviembre 2019
Última revisión	
Edición	1



## GUÍA INFORMATIVA PARA EL PACIENTE CON HERIDA CRANEAL



<https://bit.ly/2WZx53L>