

Cuidados para la vida tras la lesión medular



Al salir del hospital tras la lesión medular os espera toda una vida. Decir que no habrá problemas sería mentirosos. Con la lesión, todo se vuelve algo más difícil. Algunas cosas que antes hacíais sin pensar, ahora tendréis que planearlas bien. Además de las dificultades para la vida cotidiana, están las enfermedades. La lesión medular predispone a algunos problemas de salud que la mayoría ni conocíais. Las infecciones de orina, las heridas en la piel o los problemas intestinales son de los más frecuentes. Si no os cuidáis y aprendéis a prevenir las complicaciones, volveréis al hospital con demasiada frecuencia.

Por esta razón, gran parte del tiempo que pasáis en Rehabilitación se os enseña a cuidaros y a prevenir estos problemas. Aun así, al volver a casa siempre surgen dudas e imprevistos. Lo malo es que ya no tenéis al personal sanitario cerca para que os ayude. Seguro que alguno echaréis en falta algo parecido a un "**manual de instrucciones**".

Las secciones que ahora os presento pueden ser ese **manual de instrucciones para la vuelta a casa**. En temas como los cuidados del intestino o la vejiga neurógena hay apartados diferentes según tu lesión sea cérico-dorsal o lumbosacra. Como las recomendaciones son distintas, tendréis que repasar el apartado que os corresponda. Si tenéis dudas sobre alguno de los apartados, podéis [contactar conmigo](#). En cualquier caso, las recomendaciones que encontraréis en esta web son para orientaros y apoyaros. En absoluto pretenden reemplazar vuestra relación médico-paciente. Además, en caso de duda, siempre debéis consultar con el personal sanitario de atención primaria o con el equipo de Rehabilitación que os atiende.

Aquí podéis ver los temas que ya he elaborado. Poco a poco se incorporarán nuevos temas, los que os interesen a vosotros. Podéis hacerme llegar vuestras preferencias mediante el [formulario de contacto](#).

Cuidados para la vida tras la lesión medular

- [La disreflexia autónoma](#) (muy importante para tetraplégicos y parapléjicos hasta D6)
- [Cuidados de la piel.](#)
- [Cuidados del intestino neurógeno.](#)
- [Cuidados de la vejiga neurógena.](#)