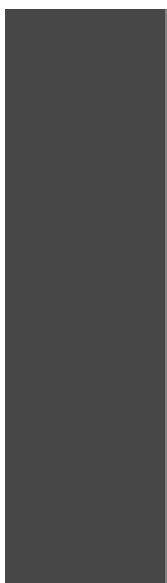


CONSEJOS PARA PACIENTE CON TRAUMATISMO TORÁCICO



Los síntomas que se producen habitualmente tras un traumatismo torácico cerrado no grave son dificultad respiratoria y dolor sobre la zona lesionada que aumenta con la respiración y los movimientos.

Usted ha sido valorado por el médico/a y, aunque no presenta en la actualidad complicaciones, podría presentarlas más adelante, por lo que es importante que siga las siguientes recomendaciones:

1. Mantenga un reposo relativo: evite realizar deporte, grandes esfuerzos o cargar peso durante los primeros días.
2. Se recomienda dormir un poco incorporado para favorecer la respiración. Recuerde que no debe permanecer siempre recostado sobre el mismo lado.

3. Tome los analgésicos pautados en el informe de alta respetando las dosis y los horarios indicados. No "aguante" el dolor.
4. Recuerde que es normal que el dolor aumente al segundo o tercer día y que éste puede persistir hasta las cuatro o cinco semanas.
5. Realice ejercicios respiratorios diarios para aumentar la capacidad pulmonar y movilizar las secreciones.
6. No fume y evite ambientes cargados de humos.
7. Aumente la ingesta de líquidos para fluidificar las secreciones.
- 8. Debe acudir al Servicio de Urgencias en caso de que presente alguno de los siguientes síntomas y/o signos de alarma:**
 - Cambio en el patrón o reaparición del dolor.
 - Dolor inaguantable a pesar del tratamiento prescrito.
 - Aparición de dificultad para respirar (no confundir con el dolor provocado por los movimientos respiratorios).
 - Fiebre.
 - Expulsión de secreciones con sangre o de sangre fresca por la boca.
 - Hematoma en el tórax que ha aumentado de tamaño.

En cualquier caso, siempre que exista algo que le preocupe, no dude en consultarlo.