



Discectomía lumbar

¿Qué es la discectomía lumbar?

La discectomía es una cirugía que se utiliza cuando el paciente presenta una hernia en uno de sus discos vertebrales, es decir, cuando el cojinete que ayuda a separar las vértebras (huesos de la columna) ha salido, total o parcialmente, de su lugar. Esto puede presionar los nervios cercanos, causando dolor, entumecimiento, debilidad y, en algunos casos, pérdida de control muscular en las piernas.

Antes de la cirugía

- **Visita con el anestesista:** para valorar si está en condiciones de ser operado y revisar su medicación.
- **Sesión informativa:** le avisaremos para una sesión informativa, en la que el personal de enfermería le dará toda la información necesaria sobre la intervención y responderá a sus preguntas.
- **Confirmación de la fecha y hora:** recibirá una llamada para confirmar el día y la hora de la cirugía.
- **Estado de salud:** es importante que no tenga ninguna alteración de salud, como resfriados, infecciones o problemas de piel, antes de la cirugía. Si tiene alguna alteración, contacte con el hospital en el teléfono 937 417 700, extensión 1084.

¿Qué tiene que traer al hospital?

- Medicación habitual.
- Efectos personales (higiene personal, bucal...).
- Pijama y/o ropa cómoda.
- Zapatos cerrados en el talón y atados con velcro.
- **NO** lleve pendientes, anillos, joyas...

En el hospital

- No podrá tomar ninguna medicación por su cuenta.
- Le controlarán el dolor con analgesia endovenosa.
- El horario de visitas de los familiares será de 12 a 20 horas.
- Necesitará la colaboración de la familia en sus actividades.
- **Día de la intervención (día 1):**
 - No podrá comer nada sólido 6 horas antes de la cirugía. Podrá tomar la medicación con un poco de agua (no puede tomar zumos, leche ni bebidas alcohólicas).
 - Deberá ducharse con jabón neutro y no aplicarse cremas ni colonias.
 - Ingresará en el área quirúrgica (sótano 1, ingreso por ACOGIDA).
 - Una vez finalizada la intervención, será trasladado a su habitación cuando esté disponible. Sus familiares serán informados telefónicamente.
 - Podrá comenzar a comer cuando enfermería se lo indique.
 - Le controlarán y administrarán la medicación pautada y le suministrarán analgesia 24h para controlar al máximo el dolor posquirúrgico. Es posible que también lleve drenajes.
 - Guardará reposo absoluto en la cama, pero podrá incorporarse y cambiar de lado.
 - Si no existe contraindicación y la intervención es por la mañana y se lo autorizan, podrá incorporarse y caminar por la tarde. Si la intervención es por la tarde, lo hará al día siguiente.
 - Le controlarán las extremidades para detectar posibles afectaciones neurovasculares.
 - Le controlarán los movimientos intestinales (flatulencias, deposiciones...).
- **Posintervención (día 2):**
 - Le controlarán el dolor con analgesia endovenosa.
 - Si todavía no se ha podido incorporar, se incorporará y empezará a andar de forma progresiva con la faja puesta.
 - Es importante que tenga presente que es preferible andar y estar en la cama que estar sentado de forma prolongada.
 - Le realizarán la primera cura estéril y le retirarán los drenajes.
 - Le controlarán las extremidades para detectar afectaciones neurovasculares y el abdomen para detectar movimientos intestinales (flatulencias, deposiciones, etc.).
 - Le controlarán los esfínteres (presencia de incontinencia).

- No progresará la dieta hasta la primera deposición.
- **Posintervención y alta (día 3):**
 - Comprobaremos el estado de la herida y le realizarán la cura si no se ha hecho el día anterior.
 - Será valorado por su médico responsable y, si no hay contraindicación, se le dará el alta.
 - Se le entregará el alta médica con las horas concertadas para las curas de enfermería y la visita programada con el médico responsable.
 - Se le explicarán posibles signos de alarma y recomendaciones a realizar una vez esté en su domicilio.
 - No puede retirarse ni tocarse el apósito hasta que venga a la visita en consultas externas, donde se lo retirarán.

Es importante que recuerde

- **Debe planificar el retorno al domicilio:** busque apoyo familiar o externo tanto para la estancia hospitalaria como para después en el domicilio.
- **Su colaboración es esencial para su rápida recuperación:** siga las instrucciones del personal médico y de enfermería y cumpla con las pautas de rehabilitación.
- **En caso de duda o problema,** contáctenos en el teléfono 937 417 700, extensión 1084.