



RECOMENDACIONES PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DIARIA AL ALTA, PACIENTES ACCIDENTE CEREBRO VASCULAR

ALIMENTACION: (*Dietas, Alimentos contraindicados, etc...*)



Se adjunta hoja de dieta a seguir.

Si tiene dificultad para tragar, debe tener cuidado con los líquidos, es aconsejable ir probando poco con cantidades pequeñas, si persiste, comente con su enfermera ya que el médico puede prescribirle espesantes de líquidos. En caso de que el paciente se vaya de alta con sonda nasogastrica para alimentación, su enfermera le adiestrará sobre los cuidados, utilización y mantenimiento, recuerde que un vez en domicilio la enfermera de su Centro de Salud le seguirá cuidando en todas sus necesidades.

ELIMINACION: (*Precauciones, Signos a vigilar etc...*)



Para evitar estreñimiento es aconsejable llevar una dieta rica en residuos (abundante fruta, verduras, fibra...), si tolera los líquidos, debe tomar 2 litros diarios de agua. Si tiene incontinencia fecal y/o urinaria, es importante mantener la piel seca e hidratada, para ello le educaremos para la utilización de los diferentes dispositivos para evitar la humedad continua (pañales, empapadores, colectores...)

HIGIENE: (*Recomendaciones sobre la higiene y el aseo personal*)



La piel debe mantenerse limpia, seca e hidratada, acostúmbrese a utilizar crema hidratante (nunca alcohol ni colonia). Para el lavado use jabón neutro y esponja suave, el secado debe hacerlo sin frotar, mejor dar pequeños toques con una toalla suave, no olvide pliegues cutaneos y espacios entre los dedos.

Aconsejamos usar sábanas de algodón, evitar pliegues en cama, no utilice ropa apretada. Es importante mantener los ojos y la boca limpia.

MOVILIDAD: (*Limitaciones, precauciones para la movilización.*)



Evite estar más de dos horas en la misma postura con ello evitaremos dejar sin riego sanguíneo la zona de apoyo, si existen lesiones, curar como su enfermera le ha enseñado y proteger la zona con almohadas o cojines blandos.

Si debe permanecer en cama, los cambios posturales se deben realizar cada dos horas. Con ayuda de cojines y almohadas intentaremos colocarlo en una postura fisiológica. Es importante mantener los pies y brazos algo más elevados que el resto del cuerpo para favorecer la circulación sanguínea.

Aconsejamos masajes ascendentes y suaves con crema hidratante todos los días, evitará las zonas enrojecidas y los salientes óseos.

Antes del alta su enfermera le adiestrará sobre los ejercicios que debe realizarle y recuerde que el personal de su centro de salud seguirá con los cuidados necesarios.

EVITAR COMPLICACIONES: (Signos y síntomas de importancia si son detectados y recomendaciones a seguir)

Debe seguir el tratamiento médico tal y como se le ha prescrito, si tiene alguna duda consulte con su enfermera, las curas debe hacerlas tal y como le hemos enseñado.

RECOMENDACIONES SOBRE EL TRATAMIENTO AL ALTA.

(Cuidados en la administración, precauciones, etc...)



COMUNICACIÓN:

Verbal: Si está consciente facilitarle papel y lápiz para que pueda comunicarse con nosotros.

Visual: Si usa gafas facilíteselas, debe mantener una continua higiene en los ojos, lavar con suero fisiológico continuamente.

Si mantiene los ojos abiertos continuamente consultar cuidado diario

RELACION:

Evite comentarios fuera de lugar en presencia del paciente, pues aunque pueda parecer estar dormido o inconsciente, su capacidad auditiva no está afectada.

Debe hablarle de la vida cotidiana para que estén conectados con la realidad.

REPOSO/SUEÑO:

Pueden tener tendencia al sueño continuo, es importante durante el día levantarlo, hablarle y favorecer sus aficiones (lecturas, dibujo, música etc..) con esto descansará mejor de noche. La cena debe ser ligera realizando un aseo suave y acomodarlo para el descanso.

Si tiene problemas para descansar consulte a su médico



SEGURIDAD:

Pueden presentar desorientación y a veces agitación generalmente nocturno, debe utilizar barandillas en la cama o pegarla cama a la pared. Existen dispositivos accesorios para la seguridad de estos pacientes, consulte

OBSERVACIONES