



Guías de autocuidados Recomendaciones del enfermero/a y procedimiento terapéutico

23. Amputación extremidades

Tras la pérdida de parte o una extremidad **¿qué puedo sentir?**

Enojo
Frustración
Miedo
Tristeza
Soledad

Es muy común tener estos sentimientos, no dude en pedir el apoyo emocional que necesite.

Le pueden ayudar:

Su familia y amigos. Exprese sus sentimientos para que puedan ayudarle.
Otras personas que han pasado por su situación.
Profesionales: psiquiatras, psicólogos.

Cuidados de la herida quirúrgica

Si permanece con sutura, seguirá las indicaciones dadas por las enfermeras hasta la retirada de las grapas o seda.
Si se mojara la herida al bañarse, deberá cambiar el vendaje.

Muñón cicatrizado

Todos estos consejos le servirán para prepararse antes de usar una prótesis.

- Higiene: Lavar a diario el muñón, con jabón suave. Para secarlo, no frote la zona.
- Inspección de la incisión, vigile que:
 - No supure.
 - No aparezca calor, enrojecimiento o hinchazón.
 - No haya aumento del dolor.
 - No tenga fiebre (> 38Cº).
- Movilidad del muñón
Para fortalecer la musculatura, realice los ejercicios indicados por su fisioterapeuta.



- Para evitar la infección, mantenga una higiene diaria. Inspeccione periódicamente la herida.
- Deberá desensibilizar el muñón, masajeando la cicatriz. Use crema hidratante (no se exceda) para mantener la piel hidratada. Dé palmaditas al muñón.
- Se recomienda utilizar una media de compresión. Es importante su uso para la remodelación del muñón y un buen ajuste posterior de la prótesis. No deje de usarla. Si aún no tiene media, utilice vendajes, le enseñarán como vendarse el muñón.
- Es aconsejable no usar cojines o almohadas debajo del muñón, tratando de mantener el muñón lo más extendido posible.

¿Y el dolor?

Es común en los amputados tener sensación de movimiento, hormigueo, quemazón y dolor intenso en la extremidad amputada (dolor miembro fantasma).

Si la medicación prescrita no le alivia consulte con su médico.
No debe impedirle dormir, relacionarse, realizar actividades cotidianas.

La familia será un soporte para:

Animarle para que hable del impacto de la amputación y sus repercusiones.
Darle tiempo para que participe en su autocuidado.

¿Puedo hacer ejercicio?

- Debe realizar ejercicios de forma general y para el muñón en particular, indicados por el fisioterapeuta.
- Puede hacer natación, bicicleta estática o gimnasia, consultando previamente con su servicio médico que tipo de actividad es la más apropiada para su caso.
- Amputado miembro inferior: Fortalecerá la musculatura de las extremidades superiores y la pierna sana, con el objetivo de evitar la pérdida de masa muscular y fuerza producida por el encamamiento.
- Amputado miembro superior: Fortalecerá la extremidad superior no afectada y el resto de las articulaciones de la extremidad afecta, dependiendo del nivel de amputación.

Prótesis

- La higiene es fundamental para el uso de una prótesis.
- No solo hay que tener higiene con el muñón, sino también con los accesorios necesarios para adaptar la prótesis (calcetas, siliconas, etc..).



¿Cuándo debo consultar al sanitario?

Cuando presente:

Signos de infección (dolor, inflamación, enrojecimiento, fiebre,..)

Muñón doloroso

Úlceras

Cicatriz retráctil

Trastornos vasculares

Neuroma

Dermatitis

Mal ajuste de la prótesis

Recomendaciones individuales