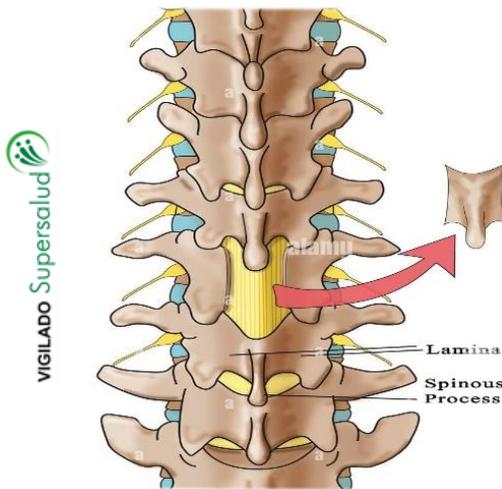


Se puede realizar diferentes tipos de cirugías de columna según el tipo de enfermedad de que se sufre, la cirugía se hace con el objetivo de corregir la causa y eliminar o disminuir los síntomas que se tengan.

La recuperación de cada cirugía depende del estado de la enfermedad al momento de la cirugía y del nivel de la columna que se realice que puede ser en la columna cervical, que comprende las vértebras localizadas en el cuello, en la columna torácica, que corresponde a la parte media de la espalda, o en la columna lumbar a nivel de la cintura.

Dentro de las cirugías de columna está la **Laminectomía**:



La laminectomía es la cirugía que consiste en la extracción del hueso que recubre el conducto vertebral en una determinada región de la columna vertebral para aliviar la presión sobre la médula espinal o las raíces nerviosas, provocada normalmente por un tumor, una hernia de disco o hipertrofia ósea, la recuperación después de la Laminectomía es alrededor de 3 a 4 meses después de la cirugía para que los huesos sanen bien y la cicatrización puede prolongarse durante al menos un año.

PREPARACIÓN ANTES DE LA CIRUGÍA:

- Cuéntele al médico si está tomando medicamentos como anticoagulantes y suplementos naturales, él le indicará cuando debe suspenderlos.
- Se recomienda una ducha la noche anterior y la mañana de la cirugía (2 horas antes de acudir a la clínica).
- No coma, ni beba nada 8 horas antes de la cirugía.
- Preséntese al servicio de cirugía con acompañante.
- Presente al ingreso a cirugía las radiografías y exámenes y documentos que le hayan solicitado.
- Haga entrega al acompañante elementos personales como lentes, prótesis, entre otros.
- Evite traer a la clínica objetos de valor.

CUIDADOS POSTERIORES EL DÍA DE LA CIRUGÍA:

Estos cuidados buscan reducir el dolor, mejorar la recuperación y evitar las complicaciones como: mala cicatrización, infección o movimiento de los elementos colocados en la columna.

- Inicie el tratamiento ordenado lo antes posible, con la frecuencia y cantidad ordenadas, no los suspenda así se sienta bien.
- Evite actividades que implique realizar fuerza, como levantar objetos pesados. Ver las indicaciones específicas según sitio de la cirugía.
- Además de esto, para prevenir infecciones respiratorias y evitar la acumulación de secreciones en los pulmones se deben realizar ejercicios respiratorios.
- Colocar una compresa tibia en la zona del dolor puede ayudar a aliviarlo.

TERAPIA FÍSICA:

- Levantarse y caminar en las siguientes 24 horas, hacerlo lentamente y acompañado. Le ayuda para la recuperación más rápida y obtener mejores resultados de la cirugía, mejora el dolor y fortalece los músculos de la espalda para mantener la espalda estable y segura. La fisioterapeuta le dará indicaciones específicas para realizar algunas actividades en general y específica por tipo de cirugía y según el sitio de la columna en el cual le realizaron la cirugía, como caminar, como sentarse, subir o bajar escalas, uso de dispositivos de apoyo.

CUIDADOS ESPECÍFICOS EN CIRUGÍA DE COLUMNA EN UBICACIÓN CERVICAL O CUELLO:

Los cuidados de la columna cervical deben mantenerse durante 6 semanas después de la cirugía para evitar complicaciones, los cuales incluyen:

- No hacer movimientos rápidos o repetitivos con el cuello.
- Subir escaleras lentamente, un escalón a la vez, sosteniendo en el pasamanos.
- Evitar levantar objetos más pesados que 5 kilogramos en los primeros 60 días.
- No conducir en las primeras 2 semanas.
- En algunos casos, el médico puede recomendar el uso constante de collar cervical por 30 días, incluso para dormir. Sin embargo, puede ser removido para bañarse y al cambiar de ropa.

CUIDADOS ESPECÍFICOS EN CIRUGÍA DE COLUMNA EN UBICACIÓN EN TORAX:

Los cuidados después de la cirugía en la columna torácica pueden ser necesarios durante 2 meses e incluye:

- Iniciar pequeñas caminatas de 5 a 15 minutos al día, 4 días después de la cirugía y evitando rampas, escaleras o pisos irregulares.
- Evitar permanecer sentado más de 1 hora.
- Evitar levantar objetos más pesados que 5 kilogramos en los primeros 60 días.
- Evitar el contacto íntimo al menos 15 días.
- No conducir durante 1 mes.

- La persona puede volver a trabajar alrededor de 45 a 90 días después de la cirugía, además el ortopedista puede solicitar exámenes de imagen de forma periódica, como rayos X o resonancia magnética, con el objetivo de evaluar la recuperación de la columna y de esta forma orientar el tipo de actividades que pueden ser iniciadas.

CUIDADOS ESPECÍFICOS EN CIRUGÍA DE COLUMNA EN UBICACIÓN LUMBAR:

El cuidado más importante después de una cirugía de la columna lumbar es evitar girar o doblar la espalda, sin embargo, otros cuidados incluyen:

- Hacer pequeñas caminatas después de 4 días de la cirugía, evitando rampas, escaleras o piso irregular, aumentando el tiempo de la caminata a 30 minutos 2 veces al día.
- Colocar una almohada detrás de la espalda cuando se siente, para apoyar la columna, incluso en el carro.
- Evitar permanecer más de 1 hora seguida en la misma posición, ya sea sentado, acostado o de pie.
- Evitar el contacto íntimo durante los primeros 30 días.
- No conducir durante 1 mes.
- La cirugía no impide el surgimiento del mismo problema en otro lugar de la columna, por lo que los cuidados al agacharse o recoger objetos pesados deben mantenerse incluso después de la recuperación total de la cirugía. La cirugía de la columna lumbar es más común en los casos de escoliosis o hernia de disco, por ejemplo.

CUIDADOS DE LA HERIDA:

- Mantenga la herida seca (no mojar) durante los primeros 7 días cubrir con una envoltura de plástico para el baño, luego puede lavarse con agua y jabón personal, y secarla con toques suaves con toalla o secador en frío. Si le dejaron apósito mantener limpio y seco
- Siga las indicaciones sobre la cita para revisión de la herida y retiro de puntos de sutura.

CONSULTE SI PRESENTA ALGUNO DE LOS SIGUIENTES SÍNTOMAS:

- Signos de infección en la herida: calor, rubor, secreción verdosa.
- Fiebre mayor de 38°C.
- Dolor que no cede al analgésico.
- Sangrado por la herida, si la herida se abre (dehiscencia de herida quirúrgica).
- Pierde la sensibilidad o tiene cambio de sensibilidad en los brazos (si le hicieron una cirugía en el cuello) o en las piernas y los pies (si le practicaron una cirugía en la región lumbar).
- Dolor en el tórax, dificultad para respirar.
- Dificultad para orinar y controlar sus deposiciones.