



## Recomanacions per a les cures del malalt a l'alta NEUMOTÒRAX

Volem donar-li uns consells, perquè algunes de les cures que ha rebut durant la seva estada a l'hospital tinguin una continuïtat en el seu domicili es i recuperi al més aviat possible.

- \* Pot dutxar-se diàriament, i si no li han indicat el contrari, pot mullar-se la ferida. Si duu punts, esbandeixi'ls amb cura i assequi'ls sense fregar, amb petits tocs o ajudant-se d'un assecador amb aire fred.
- \* Desinfecti's amb povidona iodada (de venda a farmàcies) No és necessari que la ferida estigui tapada.
- \* Procuri no exposar la cicatriu al sol. Quan ho faci utilitzi crema de protecció total (igual o superior a 25).
  
- \* Durant unes setmanes intenti disminuir el ritme de la seva activitat diària. Vagi alternant passejos curts, amb períodes de repòs. És important que no faci exercicis extenuants, ni esports de contacte.
- \* **No fumi.**
- \* Excepte en cas de contraindicació mèdica, prengui abundants líquids.
- \* Procuri evitar el contacte amb persones que pateixin infeccions, especialment respiratòries.
- \* Prengui's la medicació prescrita pel seu metge. En el cas dels calmants, recordi que és preferible fer-ho a les hores prescrites, que abans que aparegui el dolor fort.
- \* No prengui cap medicament de venda lliure en el mercat sense consultar amb el metge.
- \* Si ha de viatjar amb avió, practica el submarinisme o l'alpinisme, consulti-ho abans amb el seu metge.

### VAGI AL SEU METGE SI

- \* Observa envermelliment, calor, inflamació o augment del dolor en la zona de la ferida.
- \* Apareixen altres símptomes com: mal de coll, símptomes gripals, augment de la temperatura, tos, dolor \*toràcic agut i sever, i dificultat en respirar.