



Osakidetza

HOSPITAL DONOSTIA

HOJA DE RECOMENDACIONES

TRAUMATISMO COSTAL

Tras su reconocimiento, se ha apreciado una fractura o contusión costal. Tenga en cuenta que el dolor que le provoca puede durar hasta 3 ó 4 semanas.

Deberá seguir las siguientes recomendaciones:

1. Hará reposo relativo, esto es, no realizará esfuerzos ni movimientos importantes o bruscos.
2. De forma rutinaria, hará 3 veces al día, o más si lo recuerda, una respiración profunda sujetando con la mano la zona dolorosa. Con ello evitará complicaciones.
3. Tomará la medicación prescrita de la forma indicada en el informe de alta.
4. Acudirá a control por su médico de cabecera con el informe de alta.
5. No utilizará ni se colocará medidas de sujeción (fajas, vendas). Lo importante es quitar el dolor para poder respirar bien.
6. En caso de presentar fatiga, tos persistente, esputos con sangre o fiebre, acudirá nuevamente a nuestro servicio o se pondrá en contacto con nosotros. Si es posible, traiga consigo el informe que le entregaron junto con esta hoja.