

# Cuidado de Su Mielograma (Care after your Myelogram)

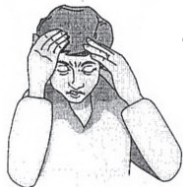
He aquí una guía para ayudarle a cuidarse después del mielograma:

- **No haga actividades fuertes (extenuantes) durante 48 horas (2 días).** Si se siente bien puede regresar a trabajar al siguiente día del mielograma. No haga trabajo pesado.

- **Tome suficiente líquido** (8 a 10 vasos de agua, jugo, colas, líquidos sin alcohol) durante las próximas 24 horas. Después del examen puede tomar líquidos con cafeína.



- La primer noche después del examen **duerma con la cabeza** sobre 2 ó 3 almohadas.



- **Los dolores de cabeza son comunes** y se espera tenerlos. Los dolores de cabeza pueden durar hasta una semana. Si tiene dolor de cabeza, tome Tylenol o la medicina que le recetaron para el dolor.

- **Descanse.** El descanso algunas veces puede ayudar con su dolor de cabeza.
- Después del mielograma, puede sentirse **con dolor en el sitio donde pusieron la aguja.** Esto es normal.
- No necesitan quitarle puntos. Puede quitarse las curitas después de 24 horas.



- No se de un baño de tina o de regadera durante las próximas 24 horas.

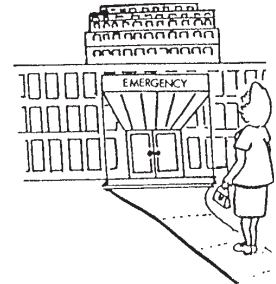
(continúa)

- **No tome phenothiazine** (como Phenergan, Compazine, Thorazine, Mellaril), o **medicinas tricíclicas** (como Elavil o Tofranil) hasta después de 24 horas del mielograma. **de lo contrario continúe tomando sus medicinas.**



**Vaya a la sala de emergencia de inmediato si tiene:**

- dificultad para respirar o siente que le falta la respiración
- dolor o calambre en su abdomen (panza)
- **náusea** (sentirse mal del estómago) o **vómito**
- sangrado (sangre roja viva) que no para del sitio donde se puso la aguja  
Hasta entonces, que alguien haga presión en el sitio que está sangrando.
- pus que sale de donde se puso la aguja
- dolor que no para en el sitio donde se puso la aguja  
Es normal sentir algo de dolor y tener moretones.
- el sitio donde se puso la aguja está hinchado, enrojecido,  
se siente mucho dolor y caliente al tocarlo
- **dolor de cabeza** que no se quita con Tylenol u otra medicina para el dolor
- **fiebre** sobre 101° Fahrenheit (38.3° Centígrados).



**Si va a la sala de emergencia dígale a la enfermera que tuvo un mielograma**

**Lleve este papel para mostrarle a la enfermera.**

## **¿Cómo obtendré los resultados de mi examen?**



Si está en el hospital, el profesional de salud que ordenó este examen le dará los resultados cuando estén listos. Si es paciente de la clínica su profesional de salud le dará sus resultados en la próxima cita. No falte a esta cita tan