

CUIDADOS TRAS UNA LARINGECTOMÍA



Asociación Española
Contra el Cáncer

Infocáncer 900 100 036
www.aecc.es



¿HAS PASADO POR UNA LARINGECTOMÍA?

Llámanos. **900 100 036** o entra en **24horas.aecc.es**

Si tienes dudas con la evolución, los cuidados o necesitas ayuda para adaptarte al día a día, no lo dudes, nuestros profesionales te atenderán las 24 h puedes llamarnos o escribirnos a nuestro consultorio.

Edita:

Asociación Española Contra el Cáncer

Amador de los Ríos, 5. 28010 Madrid

Tel. 91 319 41 38 / Fax 91 319 09 66

www.aecc.es

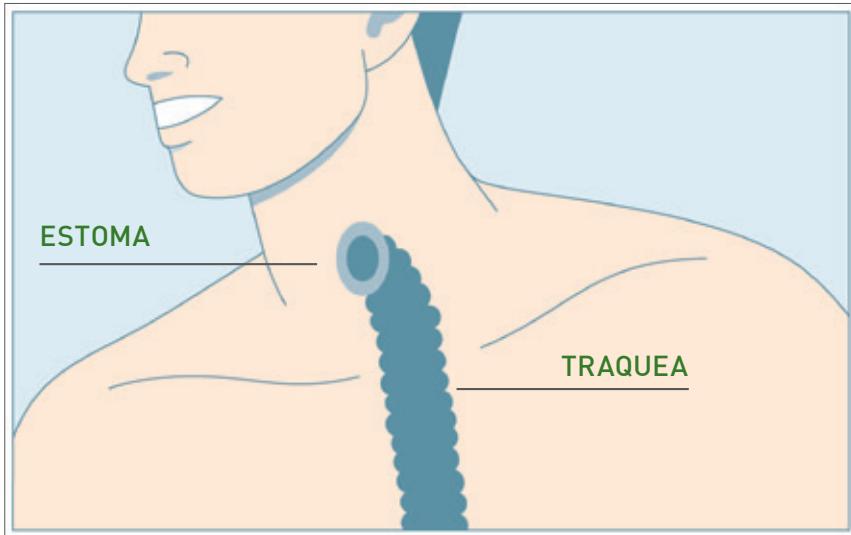
Revisada por el Comité Técnico Nacional de la **aecc**

® 2018 - Asociación Española Contra el Cáncer

Depósito legal: M-34319-2018

Quedan reservados todos los derechos. Queda expresamente prohibida la reproducción, copia y/o distribución de la totalidad o parte de estos materiales, por cualquier medio, sin la autorización previa y expresa de la **aecc**.

CUIDADOS TRAS UNA LARINGECTOMÍA



En determinados casos, tras un tumor de laringe, es preciso realizar una extirpación total de la misma (laringectomía total), de tal forma que se independiza la función deglutoria de la respiratoria.

A partir de ese momento, la respiración pasa a efectuarse por el orificio que se abre en el cuello denominado **traqueostoma o estoma**, que carece de capacidad de filtrado y acondicionamiento del aire inhalado, por lo que es aconsejable que esté cubierto para evitar la entrada de cuerpos extraños directamente al pulmón.

La **cánula** es un tubo que sirve para que la comunicación creada entre la tráquea y la piel no se cierre o se deforme. Pueden ser de distintos materiales como plata, poliuretano o silicona. Las cánulas de plata tiene dos partes: una externa que se introduce directamente en el estoma y se sujetta al cuello para evitar que se salga y una parte interna que entra en la anterior y se fija con una pestaña.

El otorrinolaringólogo será el que te indique el tipo de cánula que necesitas en cada momento tras la intervención.

CURA E HIGIENE DEL ESTOMA

Material necesario:

- 2 juegos de cánulas.
- 1 bol o taza grande.
- Cintas de algodón para sujetar la cánula.
- Jabón neutro.
- Escobillones o cepillos del grosor de la cánula.
- Gasas grandes y pequeñas.
- Tijeras.
- Lubricante.

Es muy **importante que la zona periestomal** (alrededor del estoma) se mantenga **limpia y seca**.

Mientras la piel que rodea el estoma no esté cicatrizada totalmente, se debe realizar limpieza de la zona 4 veces al día y la cánula interna tantas veces como sea necesario para mantenerla libre de secreciones.

Una vez que la zona está completamente cicatrizada es suficiente dos veces al día y aprovechar una de ellas para cambiar la cánula completa.



Cómo hacer la limpieza diaria de la piel:

- Tras retirar la cánula, se debe **limpiar la zona con una gasa humedecida con solución jabonosa**, empezando en la parte más cercana al orificio hacia el exterior.
- Es importante **insistir en los puntos de sutura**, si los hubiera, ya que es muy frecuente que se de el alta médica con los puntos, con una gasa mojada en suero fisiológico, para evitar que se acumule secreciones en ellos.
- A continuación **se debe secar muy bien la zona** dando suaves toques sin frotar para evitar que la piel de la zona se irrite.
- Es habitual que la piel del escote, barba, hombros e incluso espalda necesite un **aporte de hidratación extra**, pregunta a tu médico o tu enfermera qué crema es la más adecuada.

Cambio de la cánula

El lugar más adecuado para limpiar y cambiar la cánula es el baño, ante un espejo y con buena iluminación. El material con que esté hecha la cánula no afecta a la forma de limpiarla.

- Reúne el material necesario.
- El cambio de cánula ha de realizarse con unas **condiciones mínimas de higiene**, por lo que es importante que antes te laves las manos con agua y jabón.
- Comprueba que la cánula interna del juego de recambio se desliza sin problemas y prepara la **cinta de algodón** para sujetarla al cuello.
- Retira la cánula externa y la cánula interna usadas y **limpia la piel de alrededor del estoma**, tal como explicamos en el apartado anterior.
- Inserta la cinta de algodón e introduce la cánula externa con el extremo lubricado en el estoma. Ata la cinta alrededor del cuello.
- Es conveniente que entre la pletina de la cánula y el estoma, se coloque un **apósito para proteger la piel de las secreciones**.
- Por último, **coloca la cánula interna** (esta puede limpiarse tantas veces como sea necesario sin necesidad de repetir toda la operación).

Limpieza de la cánula usada

- Una vez separadas las piezas de la cánula (parte interna y externa) colócalas en un **recipiente con agua y jabón**.

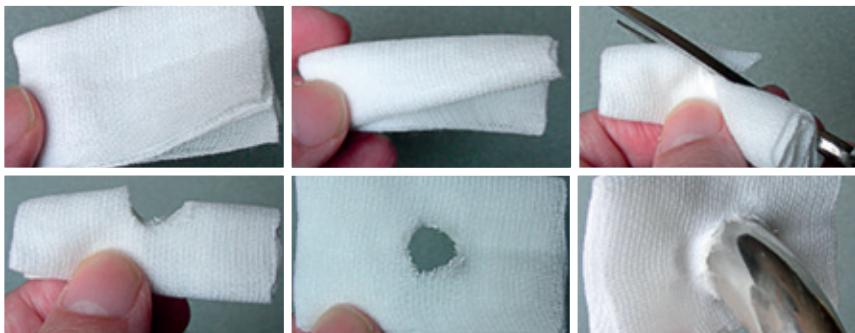
- **Limpia la cánula por dentro y por fuera con un cepillo**, hasta que quede limpia de secreciones (si la cánula es de plata y se ennegrece, recuperará el brillo propio frotando con bicarbonato sódico).
- Si las secreciones están muy pegadas a la cánula, déjala en remojo en agua y jabón hasta que se ablanden.
- A continuación aclárala abundantemente con agua.

HUMIDIFICACIÓN DE LAS SECRECIONES

El aire que respiramos a través de las fosas nasales se humidifica y calienta en la boca y la nariz. **Al respirar por el estoma el aire entra directamente a los pulmones, por lo que es necesario humidificarlo y templarlo siempre que sea posible.**

Recomendaciones:

- **Bebe abundante líquido** (agua, zumos, infusiones,...).
- **Utiliza un humidificador ambiental** siempre que estés en casa, especialmente en el dormitorio (manténlo muy limpio para evitar la propagación de bacterias).
- Realiza **instilaciones de solución salina** (suero fisiológico) directamente a la tráquea, con el fin de mantener húmeda la vía aérea. Si no sabes cómo hacerlo, pregunta a tu enfermera.
- En invierno coloca recipientes de agua junto a los radiadores para mantener un nivel de humedad óptimo en el ambiente.



CONSEJOS GENERALES

- **Duerme con el tórax y la cabeza elevados** por varias almohadas, ya que facilita la respiración.
- Los **accesos de los repentinos**, se alivian tragando saliva y realizando una respiración profunda.
- La mucusidad se expulsa mejor **si expectoras con el torso inclinado** hacia delante.
- La mucusidad se expulsa más eficazmente con un soplo brusco, en vez de toser. Se incrementa la cantidad de aire para el soplo al realizar una inspiración profunda con expansión del diafragma.
- **Es recomendable que utilices un nebulizador** para sustituir las instilaciones y mantener húmedas y limpias las vías respiratorias. Este sistema tiene varias ventajas: su uso es más sencillo y además permite, si es necesario, la inhalación de medicamentos fluidificadores.
- Es importante que **evites en la medida de lo posible inhalar polvo, humo, perfumes o cualquier otra sustancia irritante**.
- El **babero de tejido de punto** es una buena opción para proteger el estoma ya que calienta y filtra el aire inspirado.

La musculatura y nervios tanto del cuello como de los hombros necesitan recuperarse tras la cirugía y la radioterapia, para ello es recomendable que realices giros, inclinaciones laterales y flexiones hacia delante y atrás de la cabeza de forma suave, para flexibilizar y relajar el cuello.

Para movilizar los hombros, sitúate de cara a una pared y desde la cintura sube las manos trepando con los dedos. Cada movimiento se debe repetir entre cinco y diez veces en cada serie y las series se repetirán con frecuencia durante el día.

Puedes ducharte tranquilamente utilizando la ducha fija, aunque es recomendable que inclines el cuello hacia delante y abajo para evitar la entrada de agua en el estoma; no obstante será más seguro y controlable que utilices la ducha de mano.

Es importante que tengas en cuenta que tu cuerpo ha experimentado un cambio tras la cirugía tanto en la manera de respirar como de hablar y de comer. Es conveniente que aprendas a cuidarte y a desenvolverte por ti mismo en la vida diaria. Si necesitas más información ponte en contacto con la Asociación Española Contra el Cáncer (**aecc**), todos nuestros servicios son gratuitos.

¿HAS PASADO POR UNA LARINGECTOMÍA?

Llámanos. 900 100 036 o entra en 24horas.aecc.es

Si tienes dudas con la evolución, los cuidados o necesitas ayuda para adaptarte al día a día, no lo dudes, nuestros profesionales te atenderán las 24 h puedes llamarnos o escribirnos a nuestro consultorio.

Asociación Española
Contra el Cáncer
Infocáncer 900 100 036
www.aecc.es

