

ESTA INFORMACIÓN ES PROPORCIONADA POR EL CENTRO NEUROLÓGICO DEL CENTRO MEDICO ABC

Estenosis de columna Lumbar o Canal Lumbar estrecho.

INFORMACIÓN GENERAL:

¿Qué es la estenosis de la columna Lumbar o Canal Lumbar estrecho? La estenosis de la columna lumbar es un estrechamiento del canal espinal en la columna lumbar (baja). El canal espinal se encuentra a la mitad de la columna y contiene la médula espinal. Su columna está compuesta de muchas vértebras (huesos de la espalda) apiladas una sobre otra. Entre cada hueso hay un disco el cual funciona como amortiguador. La médula espinal es por donde pasan los nervios que llevan los mensajes de su cerebro al resto de su cuerpo. Cuando sucede una estenosis de columna lumbar los nervios que van hacia los miembros inferiores pueden ser aplastados. Con el tratamiento se pueden evitar problemas más graves de estenosis lumbar y mejorar su calidad de vida.

¿Qué ocasiona la estenosis de la columna lumbar? La estenosis de la columna lumbar puede ser ocasionada por algo de lo siguiente:

- Desarrollo anormal de huesos:** Esto significa que su columna puede haber crecido anormalmente, como en la escoliosis (encorvamiento de la columna).
- Degeneración:** Los cambios en la columna y en las partes alrededor de la misma pueden desarrollarse con la edad. Los discos entre las vértebras podrían sobresalir, deslizarse o perder su efecto amortiguador. Las vértebras podrían moverse o girarse o podrían desarrollarse espolones en ellas. Los ligamentos que conectan las vértebras una con otra podrían adelgazarse y ocasionar estrechamiento del canal espinal.

¿Cuáles son los signos y síntomas de la estenosis de la columna lumbar? La estenosis de columna lumbar puede darse sin causar ningún síntoma. Los signos y síntomas podrían incluir algo de lo siguiente:

- Dolor, adormecimiento, hormigueo o debilidad de las extremidades inferiores

Programa "Educación para la Salud ABC"

¿Cómo se diagnostica la estenosis de la columna lumbar? Su médico necesitará realizarle una historia clínica detallada. También le realizará una exploración física. Su médico revisará cuidadosamente las distintas partes de su cuerpo en busca de cambios o movimientos anormales. Él podrá realizar maniobras para verificar como se siente y que tan fuertes están sus músculos. Se le podrá pedir que realice ciertos movimientos de las partes inferiores así como medir la fuerza de las mismas.

Tomografía computarizada: Esta es también llamada mielograma por TC. Una máquina de rayos x utiliza una computadora para registrar imágenes de su cuerpo. Esta puede usarse para observar sus huesos, músculos, vasos sanguíneos y otros tejidos.

•**Electromiografía (EMG):** Este examen sirve para medir la actividad eléctrica de sus músculos durante el descanso y mientras usted está usándolos. La EMG también se usa para chequear los nervios que controlan a sus músculos.

•**Imagen por resonancia magnética:** Este estudio es también llamado IRM. Durante la IRM se registran imágenes de su cuerpo. Puede utilizarse una IRM para observar los músculos, articulaciones, huesos, vasos sanguíneos u otros tejidos. Usted necesitará permanecer acostado durante una IRM. Nunca entre al cuarto de IRM con un tanque de oxígeno, reloj ni cualquier otro objeto metálico. Esto podría ocasionarle lesiones graves.

•**Radiografías:** Estas son imágenes de los huesos de su columna.

¿Cómo se trata la estenosis de la columna lumbar?

•**Medicamentos:** Los médicos pueden darle analgésicos o esteroides para disminuir el dolor o la inflamación. Existen medicamentos que ayudan a aliviar el dolor haciéndolo sentir más relajado o ayudándole a dormir mejor.

•**Cirugía:** Usted puede requerir cirugía si su dolor no puede controlarse mediante otros tratamientos. Esto puede realizarse si su debilidad empeora, si persiste con dolor y adormecimiento en las extremidades superiores su médico definirá en función a sus condiciones clínicas y a sus estudios de imagen que procedimiento quirúrgico realizar.

•**Terapias:**

o**Terapia ocupacional:** La terapia ocupacional usa trabajos, cuidados y juegos ocupacionales para ayudarle en su vida diaria. La terapia le enseña habilidades especiales para que pueda bañarse, vestirse, cocinar, comer o manejar. Un terapeuta ocupacional puede ayudarle a escoger equipo para usar y puede sugerirle métodos para que no tenga peligros, ni en su hogar ni en su sitio de empleo. Entre usted y su terapeuta pueden planificar un programa que sea adecuado para usted.

o**Fisioterapia:** Un fisioterapeuta le ayudará con unos ejercicios especiales. Estos ejercicios ayudarán a fortalecer sus músculos y huesos.

Programa "Educación para la Salud ABC"

ACUERDOS SOBRE SU CUIDADO:

•**Otros tratamientos:** Dichos tratamientos pueden usarse para disminuir el dolor. Usted puede requerir descansar o cambiar sus actividades físicas. Los médicos pueden usar calor o hielo, ultrasonido o masajes. Usted puede realizar ejercicios específicos. Estos pueden incluir siga las indicaciones de su médico y su fisioterapeuta.

Usted tiene el derecho de participar en la planificación de sus cuidados. Para ayudar en esta planificación; usted debe informarse acerca de su estado de salud y sobre la forma como puede tratarse. De esta manera, usted y sus médicos pueden hablar acerca de sus opciones y decidir el cuidado que se usará durante su tratamiento.