

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Apr 25, 2022

Hérnia de disco: perguntas a fazer ao seu médico

Se você tiver uma hérnia de disco, um dos discos da coluna vertebral foi danificado e pode estar pressionando um nervo. Ela pode ser muito dolorosa e, às vezes, causar outros sintomas, como dormência ou "formigamento" nas pernas ou nos pés.

Raramente, as pessoas apresentam sintomas mais graves, como sensação de fraqueza nas duas pernas ou dormência nas nádegas e na região genital. Isso sugere que a hérnia de disco está causando um problema sério e pode ser necessária uma cirurgia de emergência.

Entretanto, a maioria das pessoas não precisa de tratamento de emergência. Você pode achar que não consegue fazer as coisas que costuma fazer, mas manter-se ativo pode ajudá-lo a se recuperar mais rapidamente. Se a dor nas costas não desaparecer, a cirurgia pode ajudar.

Aqui estão algumas perguntas que você pode querer fazer ao seu médico sobre uma hérnia de disco.

Se o seu médico achar que você pode ter uma hérnia de disco

- Há alguma maneira de ter certeza de que tenho uma hérnia de disco?
- Devo fazer um exame de ressonância magnética ou uma tomografia computadorizada? Se sim, quando?
- Preciso ficar de cama ou em repouso?
- Há alguma atividade que possa piorar o problema?
- Há algo que possa ajudar a reduzir a dor?
- Como posso evitar a dor novamente?
- Há algum exercício que possa fortalecer minhas costas?
- Devo dirigir?

Se você fez um exame que mostrou que você tem uma hérnia de disco

- O disco danificado em minha coluna vertebral corresponde aos sintomas que tenho?

Hérnia de disco: perguntas a fazer ao seu médico

- Como é possível ter certeza de que a hérnia de disco está causando meus sintomas?

Se o médico sugerir cirurgia

- O que a cirurgia pode fazer por mim?
- Quais são os riscos?
- Quanto tempo levará para eu me recuperar?
- Quando poderei voltar a trabalhar?
- Que tipo de cirurgia o senhor recomenda?
- Se eu não for submetido à cirurgia, que outros tratamentos existem?
- O que mais posso fazer para melhorar minhas costas?

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

