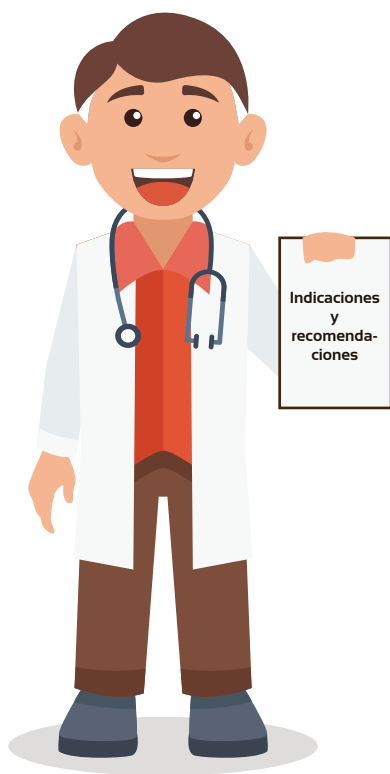


EDUCACIÓN PARA EL EGRESO DEL USUARIO CON CATETERISMO VESICAL LIMPIO E INTERMITENTE



1. Conceptos básicos

1.1. ¿Qué es el cateterismo vesical limpio e intermitente?

Es una técnica invasiva que consiste en la introducción de una sonda hasta la vejiga a través del meato uretral.

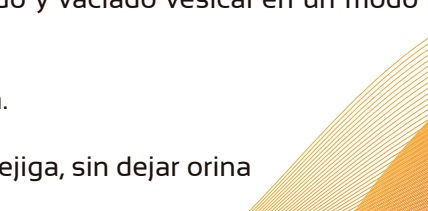
Las indicaciones son:

- Retenciones urinarias por obstrucciones de la uretra.
- Vejiga neurogénica.
- Intervenciones quirúrgicas: permitir la cicatrización de vías urinarias tras la cirugía.
- Control de la cantidad diuresis.
- Mantener seca la zona genital en pacientes incontinentes en situaciones especiales, como es el caso del tratamiento de escaras, úlceras o dermatitis de contacto en la región genitourinaria o sacra de difícil manejo.
- Recogida de muestras estériles.

1.2. Tipos de cateterismo

1. Cateterismo intermitente limpio, el que se puede realizar en ámbito extra hospitalario y por el propio paciente. Requiere correcta higiene de manos y genital, pero no esterilidad.

Las ventajas frente a otras técnicas son:

- Es sencillo de realizar.
 - Permite mantener las fases de llenado y vaciado vesical en un modo muy parecido al fisiológico.
 - Reduce el riesgo de infección urinaria.
 - Consigue el vaciado completo de la vejiga, sin dejar orina residual.
- 

2. Preguntas frecuentes

2.1. ¿Cuáles características debe tener un cateter?

El material del catéter debe:

- Ser flexible y acomodarse a los contornos uretrales.
- Estar fabricado con un material que no cambie de forma cuando la temperatura varíe.
- Ofrecer una inserción que no sea traumática (suave y cómoda).
- Estar listo para usar, es decir ser fácil de manejar y no requerir ningún equipo adicional.

2.2. ¿Con qué frecuencia se debe realizar el cateterismo?

Esto depende de cuánto líquido tome durante el día y, más precisamente, de la cantidad de orina que segregue. Normalmente, el cateterismo se realiza de cuatro a seis veces por día. Al principio, el cateterismo intermitente se realiza de acuerdo con un cronograma. Si no puede sentir cuándo tiene la vejiga llena, el momento adecuado es siempre antes de que puede sentir cuándo tiene la vejiga llena, el momento adecuado es siempre antes de que la vejiga se desocupe, y salga la orina al exterior.



En condiciones normales la vejiga se llena hasta una cantidad determinada (suelen ser unos 500 ml.), y es cuando se siente la necesidad de orinar. El momento correcto para vaciar la vejiga se basará en su propia experiencia. El hecho de llevar un diario de micción (un registro del consumo de líquido y la expulsión de orina) resulta útil para conocer sus necesidades de cateterismo intermitente. En todos los casos, es conveniente realizar el cateterismo la cantidad de veces suficientes para que la vejiga no se llene en exceso.

2.3. ¿Qué hacer si no se puede introducir el catéter en la vejiga?



Si no puede introducir el catéter, se debe generalmente a un espasmo en el esfínter. Relájese, respire profundamente o tosa. Sostenga el catéter suavemente contra el esfínter cerrado. Usualmente se abrirá después de unos segundos.

Nunca fuerce el catéter, ya que puede provocar una lesión en la uretra. Si no puede introducir el catéter después de tres intentos, llame a su médico o diríjase al servicio de urgencias.

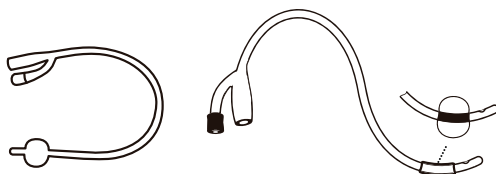
2.4. ¿Qué hacer en caso de tener el periodo menstrual?

La higiene es especialmente importante cuando se está menstruando. Cada vez que se realice un cateterismo, debe lavar el área genital con un jabón neutro y debe cambiarse el tampón o toalla sanitaria frecuentemente.

3. Paso del cateterismo vesical intermitente

Materiales:

- Catéter de tamaño apropiado para el paciente: Mujer: Calibre 14 y 16. Hombre: Calibre 16-18-20-22.
- Jabón antimicrobiano de preferencia líquido y agua.
- Xilocaina jalea.
- Toallas pequeñas limpias (de papel).
- Recipiente grande y limpio para recoger la orina.



2.5. ¿Qué hacer para prevenir las infecciones de la vejiga?

1. Tome abundantes líquidos, como le indico su médico, si no tiene alguna contraindicación.
2. No use la ropa ceñida, lo cual puede favorecer el crecimiento de gérmenes.
3. Haga el cateterismo vesical limpio e intermitente a tiempo, para que no se sobrecargue la vejiga.
4. Lávese bien las manos antes y después de colocar el catéter.

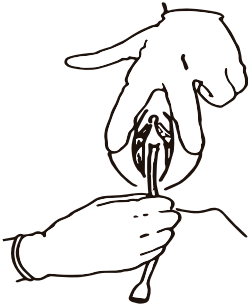
2.6. ¿Cuáles son los cuidados del catéter?

1. Cada vez que use el catéter, lávelo con agua caliente y clorhexidina. Enjuáguelo bien con agua tibia.
2. Seque el exterior del catéter con una toalla de papel limpia, y déjelo que se termine de secar al ambiente antes de guardarlo en un recipiente limpio y seco, como un sobre de papel. Use un sobre limpio cada día.
3. Si utiliza un catéter plástico póngalo a remojar cada tercer día, durante 30 minutos, en vinagre blanco al 100%. Enjuáguelo con agua tibia y déjelo secar al ambiente antes de guardarlo.
4. Los catéteres de plástico se pueden lavar y reutilizar durante máximo siete días. Deseche cualquier catéter roto, endurecido, áspero, agrietado o dañado.

3.1. Técnica para el paso del cateterismo vesical en mujeres

- Lávese bien las manos con agua y jabón o use un limpiador de manos a base de alcohol. Luego colóquese unos guantes.
- La paciente debe estar en posición boca arriba con las rodillas dobladas, o con las piernas estiradas o separadas. El cateterismo también lo puede hacer sentada en un silla de ruedas o en el inodoro.





- Para localizar la uretra, separe con el dedo pulgar y el índice de los labios de la vagina (los pliegues de piel a los lados de la vagina y la uretra) si el paciente está aprendiendo a ponerse el catéter por sí misma, puede usar un espejo.
- Lave bien con agua y clorhexidina los labios de la vagina y la uretra, siempre de adelante hacia atrás haciendo un movimiento hacia abajo.

• Lubrique la punta del catéter con el gel e introduzca suavemente el catéter en la uretra hasta que empiece a fluir la orina. Seguido, inserte lo otra media pulgada más y deje salir toda la orina.

• Presione suavemente con su mano el bajo vientre para ayudarlo a evacuar toda la orina. Ella también puede pujar suavemente.

• Cuando ya no salga orina, saque lentamente el catéter para estar seguro de que la vejiga este vacía.

• Anote la cantidad de orina, como se ve y que olor tiene. Vacíe la orina en el inodoro.

• Lavase bien las manos y lave el catéter con agua y jabón.



3.2. Técnica para el paso del cateterismo vesical en hombres

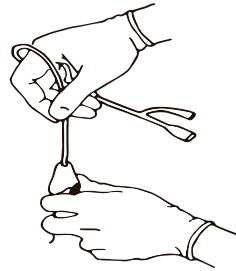
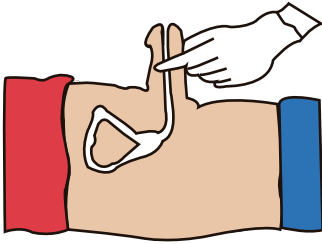
• Lávese las manos incluyendo las muñecas con abundante agua y jabón o alcohol glicerinado, restregando dedos y limpiando las uñas, antes y después de manipular la sonda.

• Con dos gasas, más clorhexidina o jabón antimicrobiano líquido, limpie desde el meato hacia el cuello del glande con cada una sin devolverse.

• Después de lavar los genitales lávese nuevamente las manos, cámbiese los guantes.

• Colóquese los guantes limpios e inicie el paso de introducción de la sonda.

- Lubrique la uretra y la punta de la sonda con lidocaína gel. Luego sostenga el pene elevado en un ángulo de 60 grados, introduzca la sonda lentamente unos 15 a 20 cm.



- A veces es difícil introducir la sonda, antes de que entre en la vejiga aplique una presión suave y firme hasta que la sonda pase de este punto y la orina fluya, cuando salga orina introduzca la sonda de dos a tres centímetros más.
- Sostenga la sonda en el sitio por cinco minutos hasta que no salga más orina, con la otra mano realice un suave masaje o presión en el abdomen bajo para ayudar a vaciar la vejiga.
- Si no logra introducir la sonda no insista, puede irritarse. Si no ha podido insertar la sonda a pesar de las indicaciones y han pasado más de seis horas informe al médico tratante y asista al servicio de urgencias.
- Retire lentamente la sonda cuando no haya más salida de orina. Si la orina comienza a salir de nuevo, suspenda la retirada de la sonda y déjela un rato más hasta que no salga más orina.
- Enjuague el área con agua o limpie con jabón o clorhexidina con una gasa impregnada en agua (evita la irritación).
- Regrese el prepucio a su posición original.
- Si no logra extraer la sonda al terminar, espere de cinco a 10 minutos para relajarse e intente de nuevo. Toser le puede ayudar al paciente a la extracción de la sonda, si a pesar de esto no tiene éxito consulte al médico.

- Registre la cantidad de orina eliminada para informar al médico en el siguiente control. Ejemplo:

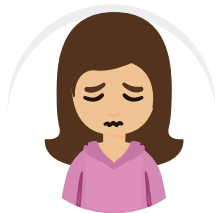
| FECHA | HORA | CANTIDAD |
|-------|------|----------|
| | | |



SIGNOS DE ALARMA

Hay que tener en cuenta una serie de signos y síntomas que pueden ser indicadores de infección:

1. Molestias al orinar.
2. Orina con mal olor.
3. Orina con color turbio.
4. Alteración en la frecuencia de la micción.
5. Molestias en el área renal.
6. Fiebre.
7. Malestar general.
8. Ante la aparición de alguno de éstos debe consultar con su médico, pues es probable que esté desarrollando una infección de orina.





EL AUTOCUIDADO ES LA CLAVE PARA UNA PRONTA RECUPERACIÓN

FOLLETO 045-V2

