

UNIDAD DE UROLOGÍA. CONSULTAS EXTERNAS

GUÍA DE AUTOCATETERISMO VESIAL INTERMITENTE

**M^a Dolores Prieto Esquinas. Teresa Formoso Nieto.
Enfermeras de urología**

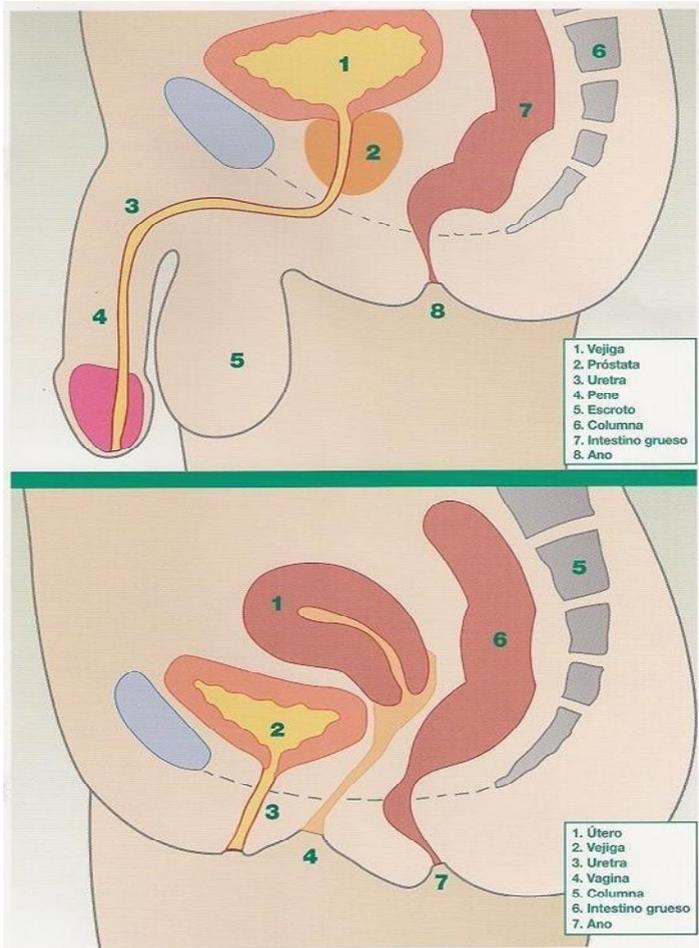
INTRODUCCIÓN

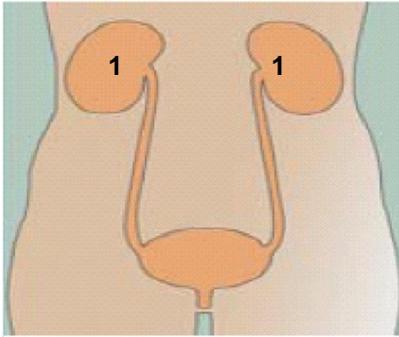
Cuando existe un problema para completar el vaciado de la vejiga, hay que extraer la orina mediante el sondaje vesical o autocateterismo.

Esta guía pretende ser de ayuda a estas personas, sus familiares y cuidadores.

Pretendo resolver las dudas más frecuentes que nos transmiten nuestros pacientes y servirles de recordatorio de lo aprendido en la unidad de urología.

ANATOMÍA





Riñones
Uréteres
Vejiga
Uretra

La orina se forma en los riñones y tiene la finalidad de eliminar los productos de desecho de la sangre.

Desde los riñones, progresa por unos tubos llamados uréteres que desembocan en la vejiga. Aquí se almacena la orina hasta que podemos evacuarla a través de la uretra.

La orina permanece almacenada en la vejiga hasta un volumen de 300 o 400 ml. y cuando se orina, debe vaciarse completamente. En el proceso de la micción, se abre el esfínter uretral para permitir la salida de la orina a la vez que se contrae un músculo de la vejiga llamado detrusor.

QUÉ ES EL AUTOCATETERISMO INTERMITENTE

Consiste en introducir una sonda fina a través del meato, hasta llegar a la vejiga de la orina, para que ésta se vacíe completamente.

Se llama intermitente, porque la sonda se extrae una vez utilizada y se tira.

POR QUÉ SE UTILIZA

Su vejiga ha podido verse afectada por problemas de incontinencia (escapes), dificultad para eliminar (residuo), altas presiones, que le pueden provocar reflujo de orina hacia los riñones. Esto, le puede producir infecciones de orina y pielonefritis, llegando a estropear sus riñones.

Además, una pauta de sondajes, mantiene su vejiga en la dinámica de llenado- vaciado y reduce las posibilidades de formar cálculos.

CUÁNDO SE UTILIZA

La pauta se la da el personal sanitario, dependiendo de sus necesidades. En el hospital le enseñaremos las pautas a seguir, para no almacenar un excesivo residuo. Siempre se sondará después de intentar vaciar su vejiga, si puede.

INTRODUZCA EL AUTOSONDAJE EN SUS RUTINAS

Intente adaptar el autosondaje a su estilo de vida, procurando crear una rutina que no interfiera en su vida laboral, social y familiar. Lleve siempre sondas consigo por si surgen imprevistos.

Le será de ayuda, que alguien de su entorno aprenda a sondarle, por si algún día lo necesita.

QUÉ MATERIAL DEBE USAR

En el mercado existen varias posibilidades: sondas con la punta recta o curva, hidrofílicas autolubricadas y prelubricadas (se lubrican añadiéndoles agua). También hay diferentes calibres. Debe probar, hasta elegir la que mejor se adapte a sus necesidades y anatomía.

LA IMPORTANCIA DE LA HIGIENE

Es fundamental realizar una higiene de los genitales rigurosa, así como de las manos.

En el hospital, le hemos adiestrado a sondarse de forma estéril, pero fuera del ámbito hospitalario es suficiente un sondaje limpio, utilizando agua y jabón. También puede utilizar la forma sin “
”
tocar, con la que no toca la sonda durante todo el proceso.

ADECUAR LA INGESTA LÍQUIDA

Es necesario beber suficientes líquidos para que la orina se diluya, evitando infecciones. La ingesta de líquidos puede depender de lo

que orine y del residuo que le quede. Generalmente, se recomienda una ingesta líquida de 400 ml. C/6 h. y mantener residuos \leq a 400 ml.

IDENTIFICAR LAS INFECCIONES DE ORINA

Con frecuencia tendrá bacterias en la orina, que no le ocasionan síntomas y no hay que tratar. Se considera infección cuando hay un número determinado de bacterias y además provocan síntomas como: escozor al orinar, dolor en la vejiga, mal olor, alteración del color (sangre, sedimento), fiebre o malestar.

COMPLICACIONES DURANTE EL SONDAJE

Espasmo del esfínter: hay que esperar a que ceda, o tomar relajantes musculares.

Erección refleja: esperar a que ceda. No intentar introducir la sonda.

Contracción de la vejiga: si ocurre antes de introducir la sonda, esperar. Si la sonda ya está dentro, vacíe la vejiga y retírela.

CÓMO SONDARSE

Para prevenir las infecciones, es importante mantener una buena higiene genital y lavarse las manos antes y después del sondaje.

- Coloque a su alcance todo el material que vaya a usar: sonda, agua si es prelubricada, espejo, bolsa colectora o recipiente, bolsa de basura para recoger el material usado.

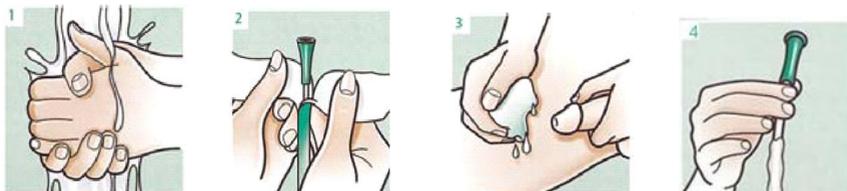
- Abra el envoltorio de la sonda, solo hasta el cono coloreado, de forma que permanezca dentro de él, para que no pierda su esterilidad.

- Si la sonda es prelubricada, añada el agua y espera 30 segundos.

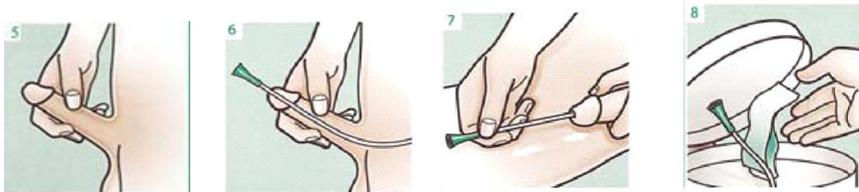
- Si es seca, debe lubricarla en su totalidad, para evitar fricciones.
- Conéctela a la bolsa colectora, si la va a utilizar.
- Coloque el recipiente de recogida de orina cerca de usted.

Hombres:

- Retire el prepucio totalmente y lave el glande con agua y jabón, aclare y seque. Puede utilizar toallitas limpiadoras.
- Con la mano no dominante, coja firmemente el pene en posición vertical, alargando la uretra para hacerla lo más recta posible.
- Con la mano dominante, coja la sonda por el cono, deslizándola hasta hacer un bucle con ella, para ayudarle a manejarla.
- Introduzca la sonda en la uretra, a través del meato hasta que salga orina, empujando un poquito más para asegurarse que está en vejiga.
- Al llegar la sonda al esfínter, puede notar dificultad. Intente relajarse y baje el pene ligeramente. Si no entra, retírela un poco y vuelva a intentarlo. No fuerce.
- Cuando comience a salir la orina, mantenga la sonda en la misma posición, hasta que deje de salir. Después va retirando muy lentamente, parando si fluye orina de nuevo.
- Tiene que asegurarse que sale el residuo de la parte inferior de la vejiga.
- Retire totalmente la sonda cuando deje de salir orina.
- Deposite el material utilizado en la bolsa de basura, cerrándola.
- Lávese las manos de nuevo.



Lávese las manos con agua y jabón, abra el envoltorio de la funda, lávese los genitales y saque la sonda de su funda.



Sujete el pene en posición vertical y tire de él. Introduzca la sonda por el meato hasta que salga orina. Cuando deje de salir orina, retire la sonda lentamente. Eche la sonda a la basura.

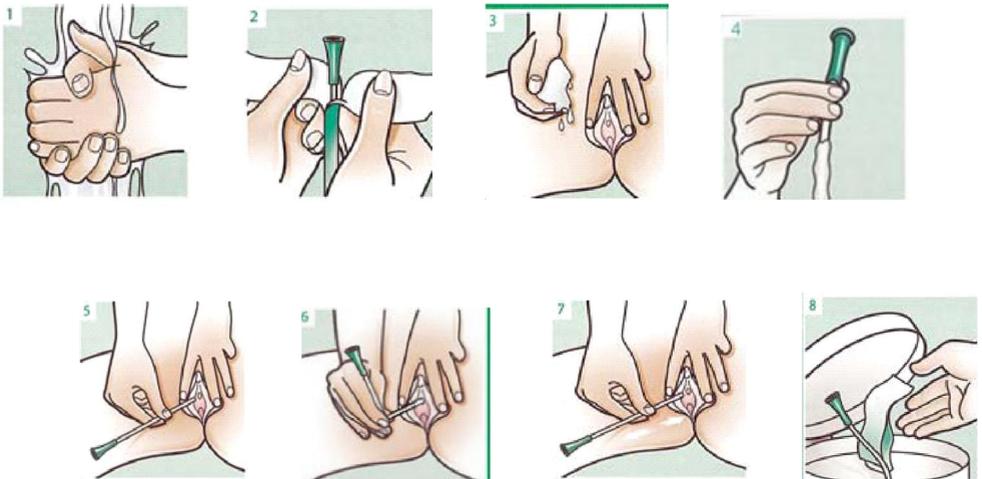
Siempre debe fijarse en el color, aspecto, olor, sedimentos, presencia de sangre y cantidad de la orina. Si en la consulta se le ha indicado que apunte los residuos, hacerlo en la hoja correspondiente, anotando la fecha y volumen de orina obtenida.

Mujeres:

- Lave la zona genital desde arriba hacia abajo, con agua y jabón, aclare y seque. Puede utilizar también toallitas limpiadoras.
- Con la mano no dominante, separe los labios menores, con los dedos índice y medio.
- Visualice el meato, ayudándose de un espejo.
- Con la mano dominante, extraiga la sonda de su envoltorio, cogiéndola por el cono. La sujeta por su tercio inferior.
- Introduce la punta de la sonda en la uretra, a través del meato, avanzando con suavidad, hasta llegar a la vejiga. Lo sabrá porque comienza a salir orina. Si ha introducido la sonda al menos 2/3 de su

longitud y no sale orina, es que está en la vagina. No la saque, ya que le puede servir de referencia e introduzca otra.

- Cuando comience a salir la orina, mantenga la sonda en la misma posición, hasta que deje de salir. Después va retirando muy lentamente, parando si fluye orina de nuevo.
- Tiene que asegurarse que sale el residuo de la parte inferior de la vejiga.
- Retire totalmente la sonda cuando deje de salir orina.
- Deposite el material utilizado en la bolsa de basura, cerrándola.
- Lávese las manos de nuevo.



Siempre debe fijarse en el color, aspecto, olor, sedimentos, presencia de sangre y cantidad de la orina. Si en la consulta se le ha indicado que apunte los residuos, hacerlo en la hoja correspondiente, anotando la