

RECOMENDACIONES AL ALTA PARA EL PACIENTE PORTADOR DE PAÑAL

¿CUÁNDO CAMBIAR EL PAÑAL?

- Tantas veces como éste esté mojado o sucio, o cada 4 horas aún estando limpio.
- En mitad de la noche es recomendable hacer un cambio de pañal ya que el contacto de la piel con la orina o las heces hace que ésta se debilite y sea más probable que se irrite, infecte o se hagan heridas.
- Un pañal sucio durante muchas horas también aumenta las probabilidades de que se produzcan infecciones de orina.

¿CÓMO LIMPIAR LA PIEL?

- Para que la piel de la zona del pañal se mantenga sana debe ser correctamente lavada cada vez que se cambia el pañal. El lavado y secado debe realizarse de delante hacia atrás (desde la zona uretral hacia el ano), de esta manera evitaremos que gérmenes del ano vayan hacia la uretra y se produzcan infecciones.
- Es conveniente el uso de jabones neutros y es muy importante **EVITAR EL USO DE LOCIONES O CREMAS QUE CONTENGAN ALCOHOL.**
- El secado de la piel debe realizarse usando toques y no frotando para evitar así que la piel se debilite.
- Tras el secado es conveniente aplicar cremas o aceites que protejan la piel (recuerde: siempre libres de alcohol).

COSAS QUE VIGILAR:

- CANTIDAD DE ORINA: “lo que pesan los pañales” le puede dar idea de la cantidad de orina que está haciendo su familiar. Es conveniente controlar que habitualmente realice la misma cantidad de orina ya que si disminuye durante algunos días puede ser razón de consulta con su médico.
- COLOR DE LA ORINA: una orina muy oscura puede deberse simplemente a que su familiar ha bebido menos ese día. Intente darle más cantidad de líquido. Si la situación se mantiene y el cambio de color en la orina se acompaña de mal olor o color rojizo puede indicar que se está produciendo una infección y lo debería comentar con su médico.
- COLOR DE LA PIEL:
 - o Si aparece alguna zona (normalmente las ingles) con manchitas rojas que se van uniendo con los días coméntelo con su médico pues es común en las personas que usan pañal que se produzcan infecciones de la piel por hongos. Esta situación se resuelve fácilmente con alguna pomada que le debe recetar su médico.
 - o Si el pañal está muy ajustado se producen zonas de presión en la piel que a la larga pueden producir heridas. Procure no ajustar demasiado el pañal (principalmente en las ingles). Una solución puede ser colocar algunas veces compresas de gasa en las ingles para así evitar el roce
 - o El uso de pañal suele ir asociado a poca capacidad de su familiar para moverse. Esto favorece que se produzcan heridas o úlceras por presión. La zona donde más comúnmente se producen estas lesiones es en la zona del sacro (hueso donde acaba la espalda). Si observa que esta zona aparece continuamente muy enrojecida o que la piel se ha “roto” coméntelo con su enfermera ya que este tipo de lesiones mejora más rápidamente si se actúa pronto sobre ellas.

- SEQUEDAD DE LA PIEL: si se usan jabones muy fuertes o se seca la piel muy enérgicamente ésta se hace más frágil, se reseca y descama siendo más probable que se hagan heridas. Aplique alguna crema hidratante o protectora tras cada cambio de pañal.

TIPOS DE COLECTORES

- PAÑAL CERRADO: se usa para personas con incontinencia doble (de orina y heces).
- EMPAPADORES: puede ser recomendable colocarlos en la cama o sillón como protección por posibles fugas del pañal.
- COMPRESAS: aconsejable para mujeres cuyo problema es de incontinencia ocasional. Es un buen método para salir a la calle.
- COLECTOR URINARIO MASCULINO (PITOCHIN): de uso exclusivo para hombres. Es una especie de preservativo conectado a una bolsa donde se recoge la orina.