

# RECOMENDACIONES AL ALTA AL PACIENTE PORTADOR DE SONDAJE VESICAL

El sondaje vesical consiste en la inserción de una sonda en la vejiga a través de la uretra.

Aunque es una técnica de escasa complejidad, se debe de garantizar un correcto mantenimiento de ésta para prevenir complicaciones, una de las mas frecuentes la infección urinaria.

## Cuidados de la sonda vesical

- Mantener la bolsa por debajo del nivel de la vejiga o cintura con el fin de evitar el reflujo de la orina, tenga especial cuidado cuando se ponga de pie. En caso de movilización por encima de la vejiga, pinzar la bolsa para evitar reflujo.
- Evitar que la bolsa toque el suelo.
- No introduzca más la sonda ni tire de ella.
- La bolsa se debe cambiar la bolsa siempre que esté llena, si se rompe, presenta escapes, cuando se acumulen sedimentos o cuando adquiera olor desagradable.
- Si su bolsa tiene un grifo o válvula debe vaciarla cada seis horas como mínimo y siempre que se llene más allá de la mitad de su capacidad. Esta bolsa se cambiará cada 8-10 días o cuando se produzca una desconexión accidental.
- El mayor riesgo es la infección, hay que evitar desconexiones-conexiones innecesarias.
- Debe lavarse las manos con agua y jabón antes y después de tocar la sonda, conectar o desconectar y para cualquier procedimiento.

## ¿Cómo sujetar la bolsa de recogida de orina?

- La bolsa de la orina se puede llevar por debajo de la ropa, sujeta a la pierna. Para ello hay sistemas de sujeción que mantienen la bolsa sujeta a la pierna, colocándola en la parte externa de la misma, con el fin de que al andar, la bolsa no roce con la otra pierna.
- Es conveniente que los varones usen calzoncillos tipo slip de algodón, ya que son los que mas sujeción proporcionan y permiten llevar el pene hacia arriba sacando la sonda por la parte superior del mismo.
- Si ha de estar mucho tiempo en cama, es conveniente fijar la sonda al abdomen para evitar lesiones del conducto urinario (uretra)
- Preste especial atención para que no se produzcan acodamientos, tirones y desconexiones o arrancamientos accidentales.

## Higiene

- Debe ducharse diariamente (la ducha es más recomendable que el baño). Nunca desconecte la sonda de la bolsa.
- Lave dos veces al día con agua y jabón tanto el área genital (la zona de su cuerpo que está en contacto con la sonda vesical), como el orificio de salida de la orina (meato) y el tramo de sonda que asoma por fuera. Después séquelo bien, especialmente los restos acumulados en el meato urinario
- Se puede usar crema hidratante para proteger y suavizar la piel de los genitales.
- Los varones no circuncidados deben recolocar el prepucio a su posición natural, cubriendo el glande, tras la higiene y secado.
- Las mujeres deberán limpiarse de delante a atrás.

## Acuda a urgencias o consulte a su médico:

- En caso de hinchazón, enrojecimiento o supuración del meato uretral (orificio de la uretra),
- Aumento de temperatura, escalofríos, orina turbia o maloliente y sangrado por la orina.
- Dolor en el pubis
- Obstrucción de la sonda o aparición de coágulos.

## Otras recomendaciones

- Evitar el estreñimiento.
- Si no existe contraindicación por parte de su médico debe beber abundantes líquidos, de 2 a 3 litros por día, para aumentar la diuresis y evitar el riesgo de infección.
- Puede pasear y relacionarse con normalidad. Realice su actividad física normal
- Las bolsas serán recetadas por su médico y las podrá adquirir en la farmacia.
- Si es alérgico al látex, notifíquelo al personal sanitario.
- Recuerde que las sondas vesicales deben cambiarse periódicamente en su Centro de Salud en la fecha indicada para evitar complicaciones.