

Lofric®

Guia de uso para las Mujeres



Este folleto es para los nuevos usuarios de LoFric. Explica como usar las sondas paso a paso, y le da información adicional que le puede ser útil.

Cateterización limpia intermitente (CIC, por sus siglas en inglés), es un procedimiento que le ayuda a vaciar su vejiga. Ser capaz de vaciar su vejiga, es importante para prevenir el crecimiento bacteriano e infecciones en la vejiga. Con CIC, un tubo pequeño pasa a través de la uretra hasta la vejiga varios veces al día, para drenar la orina. No hay ningún otro equipo adicional envuelto y nadie se enterará que usted está vaciando su vejiga de esta manera, a menos que usted les diga.

CIC (cateterización limpia intermitente) no debe de ser doloroso. Si usted lo encuentra doloroso, debe de decirle al doctor o a la enfermera.

Tipos de Sondas Intermitentes

Las sondas convencionales de hule o de plástico

requieren la aplicación de gelatina lubricante a la sonda. Estudios demuestran que, usando estos tipos tradicionales de sondas, aumentará a largo plazo, el riesgo de complicaciones asociadas con la cateterización. Ésto es debido a que la gran parte de la gelatina que se aplica a esta sonda, se desprende durante la inserción, dejando la sonda desigualmente lubricada.

Sondas hidrofílicas como LoFric, no requieren de gelatina.

Con la sonda hidrofílica, usted simplemente agrega el agua al paquete donde viene la sonda y la deja remojar por 30 segundos. La superficie de la sonda forma una capa resbaladiza de agua, la cual actúa igual que el lubricante.



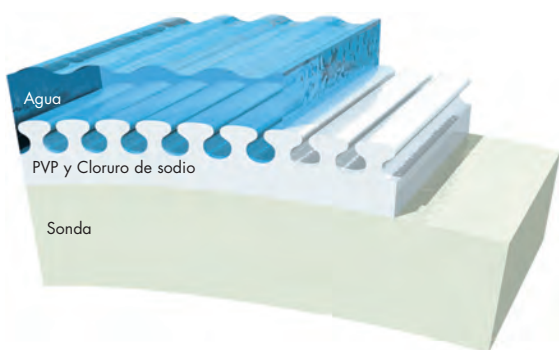
El agua es usada para lubricar la sonda.

LA SONDA LOFRIC: LA MEJOR ALTERNATIVA

LoFric es una sonda hidrofílica que es libre de látex. Su capa especial atrae una cantidad grande de agua, haciendo que el revestimiento de la sonda aumente cerca de 10 veces su grosor original. Estudios demuestran que esta propiedad reduce la fricción hasta un 95%, comparado con las sondas plásticas convencionales que se usan con gelatina.

La capa hidrofílica de la sonda LoFric es diferente a las de otras sondas hidrofílicas, ya que contiene además del revestimiento de agua, el cloruro de sodio que es un retenedor de agua. Ésto significa que, la almohadilla de agua permanecerá en su lugar siempre y cuando la sonda se esté usando, reduciendo así la fricción y realizando la protección y comodidad.

Por más de 25 años, estudios clínicos han demostrado que LoFric reduce el índice de infecciones de la vía urinaria y otras complicaciones, que podrían ocurrir con las sondas regulares de plástico o de hule lubricadas con gelatina.



Éste diagrama muestra la capa gruesa de agua que es creada cuando la sonda es sumergida en agua. La capa de agua es retenida durante todo el tiempo que dure el procedimiento de cateterización, protegiendo así la uretra de la irritante fricción.



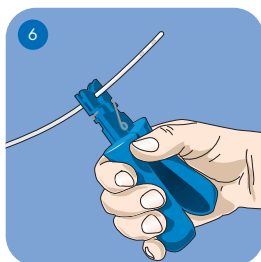
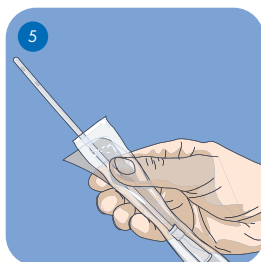
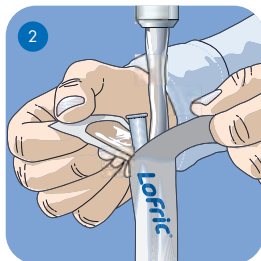
COMO PREPARAR LOFRIC

Las instrucciones siguientes son para las sondas LoFric y LoFric Plus.

1. Comience lavándose las manos. Abra el paquete con cuidado. Separe las orejas unas 2 pulgadas.
2. Ponga agua directamente dentro del paquete. Use agua esterilizada o la que le haya indicado su médico.
3. El paquete tiene un parche auto-adherente. Lo único que tiene que hacer es retirar la oreja azul y adherir el paquete a la superficie del lavamanos o a cualquier otra superficie seca conveniente.
4. **Permita que la sonda se remoje al menos durante 30 segundos** mientras usted se prepara para la cateterización. Ahora la sonda está lista para insertarse.
5. Si la sonda está demasiado resbalosa para manejarse, tire el agua del paquete, separe el fondo del paquete y retire la sonda deslizándola y usando el mismo paquete para sujetarla.
6. También puede ponerse en contacto con Astra Tech y pedir nuestra pinza azul hemostática EZGrip que es particularmente útil para los que tienen poca destreza manual.

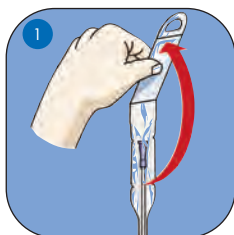
No debe colocar la sonda LoFric sobre papel o tela ya que éstas superficies absorberán el revestimiento líquido.

LoFric es libre de látex.

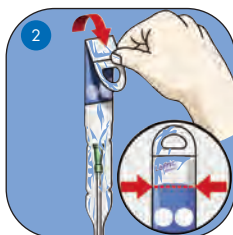


COMO PREPARAR LOFRIC PRIMO

1. Desoble el envase de la sonda LoFric Primo.



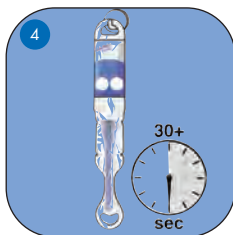
2. Doble la bolsa con contenido de agua sobre el borde azul y blanco.



3. Presione en la manera ilustrada aplicando presión en ambos lados.



4. Deje el cateter en remojo durante 30 segundos mientras usted se prepara para el cateterismo.



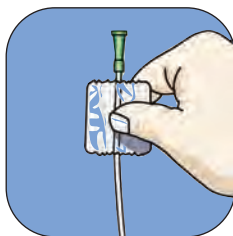
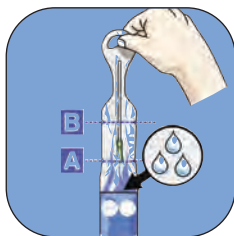
5. Despegue cuidadosamente la parte superior hasta que llegue al extremo del embudo del catéter.



6. Extraiga el catéter y estará listo para usar.



Para hacerlo usando una técnica sin tocar:
Revierta el agua en la bolsa y desprenda ambos extremos del envase de manera que quede sólo la cinta entre "A" y "B."

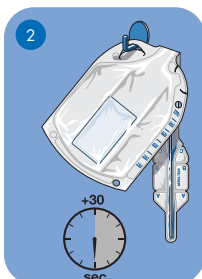
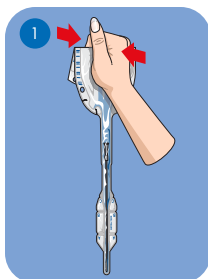


□ LoFric no debe colocarse sobre papel ni telas ya que estas superficies absorberán el recubrimiento líquido.

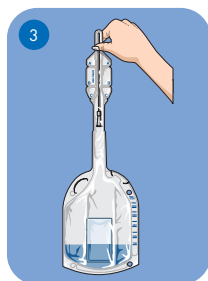
LoFric es libre de látex.

COMO PREPARAR LOFRIC HYDRO-KIT

1. Siempre comience lavándose las manos. Mantenga el producto hacia arriba. Doble el contenedor de agua y apriete para romperlo. Deje que el agua fluya hasta la sonda.

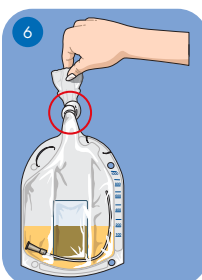
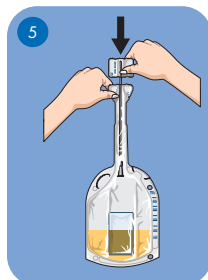


2. Use el lazo para colgar la bolsa. Deje la sonda en remojo al menos durante 30 segundos.



3. Invierta la bolsa.

4. Desprenda "A." Desprenda y separe "B" de "C," pero no lo extraiga. Use "B" como ayuda para el manejo y hale el catéter hacia abajo para que quede bien sellado en la parte inferior de "C" (alrededor del cuello).



5. Después de la cateterización, empuje la sonda nuevamente dentro de la bolsa.

6. Anude la cola para cerrar la bolsa, o se puede usar el sujetador LoFric.



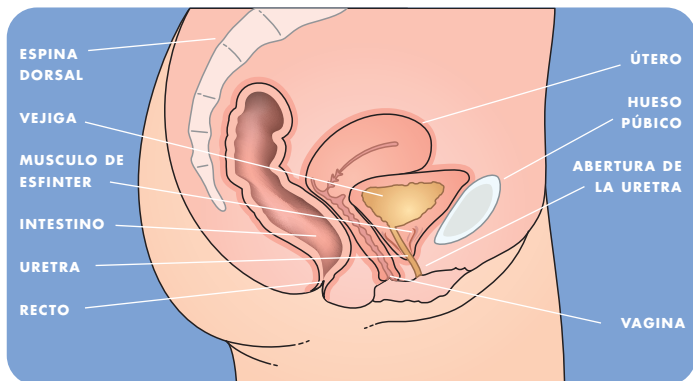
7. Deseche la bolsa con su contenido. También puede abrir la bolsa en la ranura (como se indica) y vaciarla antes de desecharla.



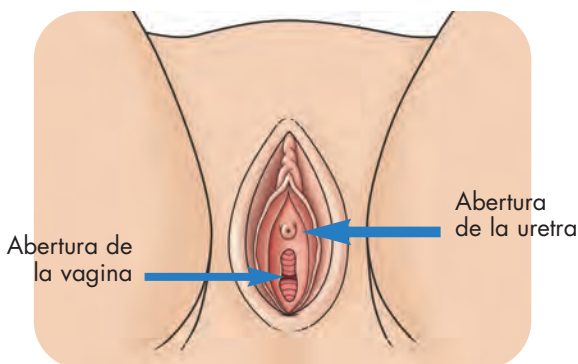
NOTA:

Cuando esté listo para usar LoFric Hydro-Kit, asegúrese de que la bolsa esté más abajo del nivel del área genital para que la orina no se devuelva.

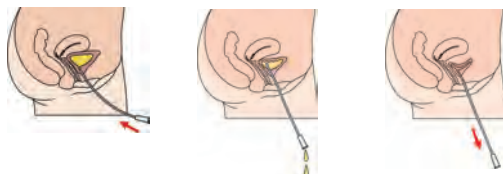
INSTRUCCIONES PARA CATETERIZAR



1. Lávese las manos y prepare la sonda.
2. Separe los labios vaginales con una mano y lávese desde el frente hacia atrás, usando un paño húmedo o agua y jabón.
3. Empuje la pelvis levemente hacia adelante.
4. Separe los labios vaginales con los dedos índice y medio y tire suavemente hacia afuera. Ahora podrá ver el orificio de abertura de la uretra claramente. La uretra está ubicada justamente sobre la abertura vaginal.



5. Con la otra mano, inserte lentamente la sonda hasta que la orina comience a fluir. Cuando el flujo se haga más lento hasta volverse un goteo, empuje levemente la sonda para verificar que se ha vaciado toda la orina y después retire la sonda lentamente.



6. Desheche la sonda y láves las manos.

NOTA:

Para impedir el reflujos de la orina al usar LoFric Hydro-Kit, asegúrese de que la bolsa esté colocada bajo el nivel del área genital. Otra manera de impedir esto es halando el catéter hasta que salga de la parte inferior de la bolsa, hasta que la cola de la bolsa esté sellada alrededor del embudo del catéter.

SUGERENCIAS DE POSICIONES INTERMITENTES DE CATETERIZACIÓN



En cuclillas contra la pared.



Sentada en el piso contra una pared o silla.



De pie.



Usando un inodoro.



El uso de un espejo puede ayudarle a encontrar la uretra.

PREGUNTAS FRECUENTES

¿Por qué la sonda LoFric es resbalosa?

La capa resbalosa protege la uretra para que no se irrite, que es a menudo la causa de las infecciones y complicaciones. Mientras el gel usado en las sondas plásticas corrientes puede desprenderse durante la inserción de la sonda dejándola sin lubricación, la almohadita de agua lubricante LoFric permanece en la sonda aún después de haber sido introducida y retirada. La fricción, que es a menudo la causante de los efectos secundarios, es reducida a más del 90% comparado con otras sondas comunes usadas con lubricantes. Además, se evita el reguero del gel.

Los estudios demuestran que la mayoría de las personas se ajusta a la sensación del catéter en unas pocas semanas. Si después de ese tiempo aún encuentra que LoFric es demasiado resbaladizo, le recomendamos que use nuestro EZGrip especial para mantener el catéter en su lugar.

¿Se puede re-usar la sonda LoFric?

¿Se puede re-esterilizar la sonda LoFric?

No. La superficie del baño que la cubre, se deteriora si la sonda es usada por segunda vez. Ésto podría causar complicaciones.

¿Se puede usar agua potable de la llave o tengo que usar agua esterilizada?

La mayoría de los pacientes usan agua potable del tubo a menos que el doctor(a) le haya aconsejado algo diferente.

¿Está la sonda LoFric libre de latex?

Sí. Es 100% libre de silicona y latex.

¿Cómo puedo ordenar la sonda LoFric?

El surtido de sondas LoFric lo tiene principalmente las compañías de suministros médicos domiciliarios. Las farmacias locales generalmente no tienen surtido de sondas LoFric. Por favor, comuníquese con nosotros al 877-4-LOFRIC para obtener el nombre de un distribuidor.

ACCESORIOS DEL PACIENTE

Astra Tech ofrece ayuda en la enseñanza y manejo de las sondas, le asistimos en aprender como cateterizarse con LoFric. Los pacientes de LoFric pueden ordenar esto sin costo alguno llamándonos al 877-4-LOFRIC (456-3742).



Sujetador LoFric

Éste sujetador es una magnífica alternativa cuando se usa el LoFric Hydro-Kit. Para aquellos con destreza limitada, el sujetador puede ser usado para cerrar el cuello de la bolsa que recolecta la orina, en lugar de hacerle un nudo.



Agarraderas (EZGrip) LoFric

La capa exterior resbaladiza creada cuando LoFric hace contacto con el agua, es la que hace que sea tan fácil y comfortable de insertar. Sin embargo, alguna gente, especialmente aquellos con destreza limitada, encuentran de mucha ayuda usar una agarradera para insertar la sonda LoFric. Ésto posibilita a los usuarios a sostener firmemente la sonda y dirigirla hacia la posición correcta. Para limpiar, la agarradera LoFric puede ser hervida en agua, o se puede limpiar con una solución a base de alcohol.



LoFric Mirror

Al principio, las mujeres no siempre pueden localizar la uretra fácilmente. Aunque muchas mujeres aprenden a encontrar la uretra por 'tocar,' otras lo encuentran mas conveniente usar un espejo. Éste espejo tiene un ángulo ajustable y puede ser doblado y escabullado discretamente adentro de un bolso, listo para usar.



DVD LoFric

Éstos vídeos muestran paso a paso las instrucciones de como usar los productos LoFric. Tenemos uno para señoras y otro para niñas. Disponibles en inglés y en español.

NOTA: Éstos vídeos son estrictamente para aprender a cateterizarse con LoFric. No deben de ser usados para aprender a cateterizarse con otras sondas.

CONSEJOS ESPECIALES SOBRE LA CATETERIZACIÓN INTERMITENTE LIMPIA

Frecuencia de la cateterización: La frecuencia varía entre una persona a otra, dependiendo del tipo de condición de la vejiga, de la cantidad de líquido que bebe y de los medicamentos diferentes que puede estar tomando. Su médico le indicará la frecuencia con que debe usar LoFric, pero generalmente se recomienda como mínimo cada 3 a 4 horas.

Cuánto se debe beber: Debe beber al menos de 6 a 8 vasos de líquido diariamente. Mantenga el consumo de café y té al mínimo, ya que la cafeína puede irritarle la vejiga.

Higiene personal: Se recomienda lavar el área genital con un jabón suave una vez al día. Lávese suavemente para evitar quitar la flora bacteriana natural que protege contra las infecciones.

Hábitos intestinales: Los movimientos fecales regulares son importantes, preferiblemente a diario. Ésto le facilitará vaciar la vejiga completamente.

Antes de la cateterización: Relaje el suelo pélvico y evite presionar con los músculos abdominales.

Problemas que pueden surgir: Si presenta escalofríos, fiebre elevada o si observa que la orina está turbia o que huele mal, puede ser que tenga una infección. Beba abundantes líquidos y póngase en contacto con el médico o la enfermera(o) inmediatamente.

Viajes al extranjero: Lleve consigo un número suficiente de sondas cuando salga de su casa. Si tiene dudas acerca de la calidad del agua en los lugares que va a visitar, mejor use agua embotellada. Recuerde que LoFric también está disponible como un kit integrado de sonda/ bolsa con y sin el agua necesaria. Pida LoFric Hydro-Kit.

TESTIMONIOS DE PACIENTES

Escuchen lo que dos pacientes han dicho acerca de LoFric....

.....

Desde que me lastimé la espina dorsal en 1985, he tenido problemas crónicos de infecciones en el conducto urinario. Me daban infecciones en el conducto urinario (UTIs, por sus siglas en inglés) 3 o 4 veces al año, entonces en el 2001 empecé a usar la sonda LoFric. Mis UTIs se han reducido tremendamente. Pasé dos años sin padecer de UTIs, hasta recientemente. Yo recomiendo altamente LoFric. Yo soy un C-6-7 Quad y no tengo ninguna dificultad en cateterizarme yo mismo una vez al día. Es fácil de usar y menos invasiva en el cuerpo, que los antiguos sistemas de sondas.

Recomiendo una vez más este producto a toda la gente con problemas de UTIs por su simplicidad de uso y por los beneficios al reducir UTIs.

- Steven, Phoenix, AZ

.....

Nuestro hijo de 7 años ha estado usando sondas por 4 años. Durante el primer año, padeció de muchas infecciones e irritaciones - parecía que siempre era algo.

Con el fin de disminuir la cantidad de infecciones que le estaban dando, nos dijeron que probáramos un kit estéril y que usara lubricante con la llamada sonda "lubricada". Pero le seguían dando infecciones e irritaciones.

Finalmente tuvieron que ponerle una sonda foley adentro para que pudiera ser cateterizado y para que la infección e irritación pudiera curarse. Dos semanas después nos dijeron acerca de las sondas LoFric.

Nosotros como padres, estamos aquí para expresar que LoFric nos devolvió la cordura.

Han pasado ya casi 3 años y ha tenido solo muy pocas infecciones e irritaciones. LoFric ha sido enviada por Dios a nuestra familia para darnos cordura y para lo más importante, la calidad de vida de nuestro hijo. No hay manera de que nadie nos convenza de que las otras sondas llamadas "lubricadas" sean iguales.

Nosotros somos gente muy ahorrativa pero con LoFric no escatimamos. Cuando se trata de LoFric no hay comparación con las otras marcas.

- Earl and April, Denver, CO

PROGRAMA DE CATETERIZACIÓN INTERMITENTE

Por favor siga estas instrucciones de la cateterización que le ha dado su doctor(a) o enfermera(o).

Cateterícese _____ veces al día o cada _____ horas.

Usted usará una sonda LoFric de grosor francés _____ y con una longitud de _____ .

Debe de tomar _____ vasos de 8 oz. de líquido al día.

El nombre de su doctor(a):

El numero de teléfono de su doctor(a):

INFORMACIÓN ADICIONAL

¿DONDE PUEDO HACER PREGUNTAS?

Spina Bifida Association of America
4590 MacArthur Blvd NW, Suite 250
Washington, DC 20007-4226
1-800-621-3141
www.sbaa.org

National Multiple Sclerosis Society
733 3rd Ave.
New York, NY 10017
1-800-344-4867
www.nationalmssociety.org

National Association for Continence
P.O. Box 8310
Spartenburg, SC 29305-8310
1-800-BLADDER (252-3337)
www.nafc.org

Interstitial Cystitis Association
of America
110 North Washington Street
Suite 1402
Rockville, MD 20850
1-800-435-7422
www.ichelp.org

National Spinal Cord Injury
Association
6710 Democracy Blvd.
Suite 300
Bethesda, MD 20817
1-800-962-9629
www.spinalcord.org

Association for the Bladder
Exstrophy Community
P.O. Box 87954
Fayetteville, NC 28304
1-866-300-2222
(910) 864-4308
www.bladderexstrophy.com

