

Lograr independencia



Guía de autosondaje vesical



BARD



Introducción

Este folleto es un servicio prestado por Bard, uno de los proveedores más importantes de productos para la especialidad de urología desde 1907. La fuente de información más segura es el profesional que le brinda atención médica; converse con él sobre sus necesidades particulares y no deje de formularle las preguntas que tenga.

Esperamos que la información contenida en este folleto, si bien no tiene el propósito de reemplazar las indicaciones del profesional que le brinda atención médica, le sea de utilidad al adoptar el autosondaje vesical como parte de su rutina diaria.

Lograr independencia... Aprender a realizar el autosondaje vesical

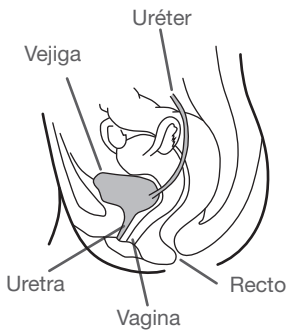
El autosondaje vesical le da más libertad e independencia, porque le permite evacuar la orina de la vejiga a intervalos regulares. El autosondaje vesical también es conocido con el nombre de autosondaje intermitente o autosondaje intermitente limpio.

El proceso consiste en introducir en la vejiga, a través de la uretra, un tubo delgado y flexible (llamado sonda), para evacuar la orina del cuerpo. Este proceso debe tener lugar a intervalos de tres a seis horas, dependiendo de la cantidad de líquido que se ingiere.

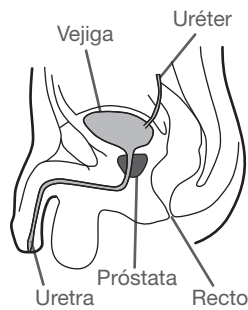
Si se observan las medidas de higiene y técnicas adecuadas, no sólo se reducirá el riesgo de infección de las vías urinarias, sino también la irritación de la piel y la sensación de incomodidad. Si bien al principio el autosondaje puede resultar dificultoso, al poco tiempo va haciéndose más fácil en la medida que uno va habituándose al proceso.

El aparato urinario

Para realizar el sondaje correctamente, es conveniente entender dónde se localizan los principales puntos del aparato urinario.



Mujer



Hombre

Prepararse para el autosondaje:

Es mejor que repase el procedimiento de autosondaje con su médico, enfermera(o) o terapeuta, para familiarizarse completamente con todos los implementos y los pasos del proceso. Escoja un lugar tranquilo, limpio y privado.

Coloque la sonda sobre una superficie limpia o desechable (como toallas de papel). Recuerde: siempre revise la sonda antes de utilizarla. Si la sonda o su empaque están dañados, no utilice el producto. Siempre lávese las manos con agua y jabón o con un gel antibacteriano sin agua.

Nota: el proceso descrito se aplica, con ligeras variaciones, a la mayor parte productos de autosondaje.

Procedimiento de autosondaje intermitente limpio en hombres

1. Párese frente al inodoro o siéntese en una silla mirando hacia el inodoro.
2. Limpie el orificio uretral y el área circundante con agua y jabón o una toallita humedecida.
3. Si la sonda no viene prelubricada, aplíquese una cantidad abundante de lubricante. Recubra la punta y el primer tramo de 6 pulgadas (15 cm) de la sonda con lubricante soluble en agua.
4. Con la mano no dominante, sujete el pene y levántelo de manera que forme un ángulo de 60 a 70 grados con respecto al cuerpo. Introduzca, despacio y con suavidad, de 6 a 8 pulgadas (15 a 20 cm) de la sonda en la uretra hasta que la orina comience a fluir.

Procedimiento de autosondaje intermitente limpio en mujeres

- 1.** Póngase en una posición cómoda con las piernas separadas. Muchas mujeres prefieren sentarse en el inodoro o en una silla mirando al inodoro.
- 2.** Separe los labios vaginales exteriores y limpie el orificio uretral con agua y jabón o una toallita húmeda. Al limpiar el orificio uretral (que es el que comunica con la vejiga), hágalo desde adelante hacia atrás, para evitar la contaminación fecal.
- 3.** Aplique lubricante soluble en agua a la punta y al primer tramo de 2 pulgadas (5 cm) de la sonda. (El lubricante es opcional en el caso de las mujeres.)
- 4.** Separe los labios vaginales interiores e introduzca la punta introductora en la uretra. Suelte los labios vaginales inferiores. Introduzca, despacio y con suavidad, de 1 a 1,5 pulgadas (2,5 a 4 cm) de la sonda en la uretra hasta que la orina comience a fluir.

Término del autosondaje en hombres y mujeres

- 5.** Deje que la orina fluya libremente hasta vaciar la vejiga.
- 6.** Cuando el flujo de orina se detenga, comience a retirar la sonda. Es recomendable girar lentamente la sonda a medida que se retira y hacer una pausa cada vez que salgan residuos de orina.
- 7.** Verifique el color, olor y grado de claridad de la orina para detectar si se ha producido algún cambio que sea necesario comunicar al médico o enfermera(o).

Consejos:

- Para vaciar completamente la vejiga, puede inclinarse hacia adelante después de que el flujo de orina haya terminado.
- Si está teniendo dificultad para introducir la sonda, deténgase y respire hondo y despacio varias veces. Si le es posible, puje como si necesitara evacuar, ya que hacerlo también contribuye a relajar los músculos. Finalmente, espere entre 10 y 30 segundos para dejar que los músculos se relajen antes de comenzar a introducir la sonda.
- Una vez que la orina comience a salir, introduzca un poco más la sonda (aprox. 1 pulgada [2,5 cm]) para que la orina fluya mejor.
- Es normal que la introducción de la sonda se haga más difícil a medida que ésta se aproxima a la vejiga.
- Se ha demostrado a través de estudios que el riesgo de infección es mayor si se deja que la vejiga se dilate excesivamente.
- Los hombres deben tratar de sostenerse el pene hacia arriba, formando un ángulo de 60 a 70 grados con respecto al cuerpo, cuando comiencen a introducir la sonda. Si se encuentra resistencia, sujetar el pene horizontalmente o bajarlo un poco con dirección al piso.
- En el caso de las mujeres, el procedimiento quizás resulte más fácil si usan falda con enagua o una trusa suelta que puedan jalar para un lado en lugar de tener que sacársela.
- Si se tiene alergia al látex, posiblemente se experimenten síntomas de alergia como comezón y secreción en nariz y ojos, sarpullido, hinchazón de labios, lengua y párpados e incluso problemas respiratorios. Pida al médico que lo evalúe y, si usted tiene este tipo de alergia, opte por una sonda que no sea de látex.

¿Problemas de infección urinaria?

Las infecciones de las vías urinarias constituyen uno de los problemas más comunes del sondaje vesical. Si está experimentando este tipo de problema con regularidad, converse con su médico sobre la posibilidad de pasar a un sistema en circuito cerrado, como el de autosondaje intermitente Bard® Touchless® Plus.

Si tiene preguntas sobre el procedimiento o los productos de sondaje vesical, comuníquese con el Centro de Servicio y Ayuda Médica, llamando al 1-800-BARD-357 (1-800-227-3357).

Será atendido por profesionales calificados quienes están a su disposición las 24 horas del día.

Lograr independencia



Guía de autosondaje vesical con el sistema de sondaje intermitente Bard® Touchless® Plus



BARD

Presentamos la sonda Bard® Touchless® Plus

Las infecciones de las vías urinarias constituyen uno de los problemas más comunes del sondaje vesical.

Si está experimentando este tipo de problema con regularidad, converse con su médico sobre la posibilidad de pasar a un sistema en circuito cerrado, como el de sondaje vesical intermitente Bard® Touchless® Plus.

Si desea solicitar un vídeo de instrucciones u obtener respuesta sus preguntas sobre el procedimiento o los productos de sondaje vesical, comuníquese con el Centro de Servicio y Ayuda Médica, llamando al 1-800-BARD-357 (1-800-227-3357). Será atendido por profesionales calificados quienes están a su disposición las 24 horas del día.

Sistema de sondaje vesical intermitente Bard® Touchless® Plus

El sistema de sondaje vesical intermitente Bard® Touchless® Plus es lo que se conoce como un “circuito cerrado” diseñado para reducir el riesgo de infecciones urinarias. Presenta una serie de características que lo hacen muy práctico, como las siguientes:

- 1 **Punta introductora** que permite colocar la sonda en posición correcta dentro la uretra y de esta manera reducir la incidencia de infecciones urinarias.
 - 2 **Guía-sonda** que permite controlar la introducción de la sonda tan sólo ejerciendo una ligera presión con un dedo.
 - 3 **Diseño cónico** que reduce el riesgo de corte y raspado que presentan los bordes rectangulares.
 - 4 **Tapa de la sonda**, provista de una argolla que facilita su extracción, especialmente para personas con poca destreza en este procedimiento.
 - 5 **Sonda prelubricada** que reduce la molestia provocada durante la introducción.
 - 6 **Bolsa recolectora de gran capacidad (1100cc)** y fabricada con un material resistente que prácticamente elimina el riesgo de fugas.
- **Posibilidad de elegir** sonda de caucho o vinilo, dependiendo de las preferencias y requerimientos del usuario.
 - **Variedad** de tamaños de sonda, con o sin accesorios.

Uso del sistema de sondaje vesical intermitente Bard® Touchless® Plus

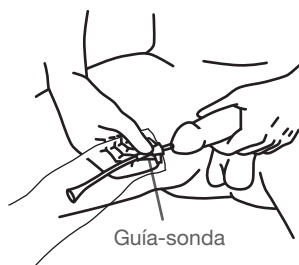
Es mejor que repase el procedimiento con su médico, enfermera(o) o terapeuta, para familiarizarse completamente con todos los implementos y los pasos del autosondaje vesical. Escoja un lugar tranquilo, limpio y privado.

El primer paso consiste en abrir el estuche, sacar los implementos y colocarlos en una superficie limpia o desechable (como toallas de papel). A continuación, lávese las manos con agua y jabón o con un gel antibacteriano sin agua.



Procedimiento de sondaje en hombres con el sistema Bard® Touchless® Plus:

- 1.** Sostenga firmemente la punta introductora apretando las lengüetas con una sola mano y tire de la argolla para retirar la tapa. No bote la tapa, pues le servirá para cerrar la bolsa.
- 2.** Introduzca la sonda prelubricada hasta la mitad de la punta introductora. Al hacerlo, sujete la sonda a través de la bolsa, para evitar tocarla directamente con la mano.
- 3.** Desinfecte el orificio uretral y el área circundante con las toallitas impregnadas en polividona yodada que vienen con la sonda.
- 4.** Sostenga el cuerpo del pene e introduzca la punta introductora en la uretra, sólo hasta llegar a la base de la punta introductora.
- 5.** La sonda está provista de un guía-sonda que permite mantenerla estable dentro de la uretra. Con la mano no dominante, sujete el guía-sonda a través de la bolsa. Con la mano dominante, agarre el tubo de la sonda a través de la bolsa.

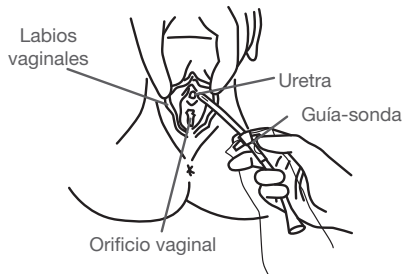


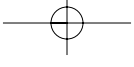
- 6.** Introduzca la sonda en la uretra empujándola de a pocos. Siga introduciendo la sonda hasta que ésta llegue a la vejiga y la orina comience a fluir.
- 7.** Deje que la orina fluya libremente hasta que la vejiga se descargue por completo o se llene la bolsa. Asegúrese de elevar el guía-sonda por lo menos cuatro pulgadas (10 cm) con respecto a la parte inferior de la bolsa.
Cuidado: se recomienda sujetar la bolsa recolectora, ya que el peso de la orina podría provocar que la sonda se separe de la bolsa.

8. Retire la sonda de la uretra haciendo unas tres pausas para dejar que salgan los residuos de orina. Antes de jalar el extremo de la sonda para retirarlo, apriételo con los dedos para evitar que la orina se salga.
9. Saque la otra parte de la sonda de la bolsa recolectora jalándola a través de la punta introductora. *Nota: la sonda está diseñada para pasar por la punta introductora.*
10. Cierre la bolsa llena colocando la tapa de la punta introductora. Cerciórese de que la tapa encaje con firmeza.

Procedimiento de sondaje en mujeres con el sistema Bard® Touchless® Plus

1. Sostenga firmemente la punta introductora apretando las lengüetas con una sola mano y tire de la argolla para retirar la tapa. No bote la tapa, pues le servirá para cerrar la bolsa.
2. Introduzca la sonda prelubricada hasta la mitad de la punta introductora. Al hacerlo, sujete la sonda a través de la bolsa, para evitar tocarla directamente con la mano.
3. Separe los labios vaginales exteriores y con las toallitas impregnadas en polividona yodada que vienen con la sonda desinfecte el orificio uretral y el área circundante. Limpie el orificio uretral (que es el que comunica con la vejiga) desde adelante hacia atrás, para evitar la contaminación fecal.
4. Separe los labios vaginales interiores y e introduzca la punta introductora en la uretra, sólo hasta llegar a la base de la punta introductora. Suelte los labios vaginales inferiores.
5. La sonda está provista de un guía-sonda que permite mantenerla estable dentro de la uretra. Con la mano no dominante, sujete el guía-sonda a través de la bolsa. Con la mano dominante, agarre el tubo de la sonda a través de la bolsa



- 
6. Introduzca la sonda en la uretra, guiándola hacia arriba, como en dirección al ombligo y empujándola de a pocos. Siga introduciendo la sonda hasta que ésta llegue a la vejiga y la orina comience a fluir.
 7. Deje que la orina fluya libremente hasta que la vejiga se descargue por completo o se llene la bolsa. Asegúrese de elevar el guía-sonda por lo menos cuatro pulgadas (10 cm) con respecto a la parte inferior de la bolsa. *Cuidado: se recomienda sujetar la bolsa recolectora, ya que el peso de la orina podría provocar que la sonda se separe de la bolsa.*
 8. Retire la sonda de la uretra haciendo unas tres pausas para dejar que salgan los residuos de orina. Antes de jalar el extremo de la sonda para retirarlo, apriételo con los dedos para evitar que la orina se salga.
 9. Saque la otra parte de la sonda de la bolsa recolectora jalándola a través de la punta introductora. Nota: la sonda está diseñada para pasar por la punta introductora.
 10. Cierre la bolsa llena colocando la tapa de la punta introductora. Cerciórese de que la tapa encaje con firmeza..

Si desea solicitar un vídeo de instrucciones u obtener respuesta a sus preguntas sobre el procedimiento o los productos de sondaje vesical, comuníquese con el Centro de Servicio y Ayuda Médica, llamando al **1-800-BARD-357 (1-800-227-3357). Será atendido por profesionales calificados quienes están a su disposición las 24 horas del día.**

Lea los rótulos y el prospecto del producto para informarse sobre las indicaciones, contraindicaciones, riesgos, advertencias, precauciones e instrucciones de uso.

Bard y Touchless son marcas registradas por C.R. Bard, Inc. o una de sus afiliadas.

© 2007 C.R. Bard, Inc. Todos los derechos reservados.

0605-04SP R07/09 HIM P07/09 5M

Impreso en EE. UU.