

# CONTROL DE CAMBIOS URINARIOS

---



La terapia de radiación en la pelvis puede causar irritación en la vejiga. Esto se llama cistitis por radiación y puede causar problemas para orinar (hacer pipí), tales como:

- **Disuria:** una sensación de ardor al orinar
- **Hematuria:** color rojizo o pequeña cantidad de sangre en la orina
- **Retención urinaria:** dificultad para vaciar la vejiga
- **Urgencia urinaria:** necesidad repentina de orinar
- **Frecuencia urinaria:** orinar una pequeña cantidad, frecuentemente durante todo el día
- **Incontinencia de esfuerzo:** pérdida de orina al estornudar o toser



**Intermountain<sup>®</sup>**  
**Cancer Centers**

## CONSEJOS PARA CONTROLAR LOS SÍNTOMAS



Beba suficiente líquido durante el día para que su orina sea de color claro a amarillo. Tome pequeños sorbos de líquido en lugar de beber mucho de una vez. Los alimentos que son en su mayoría líquidos también pueden ayudar. Estas son buenas opciones: agua, jugo, Gatorade, sopa y gelatina.



Evite las bebidas que pueden irritar su vejiga. Por ejemplo, bebidas que contienen alcohol, cafeína, edulcorantes artificiales u otros estimulantes. Estos incluyen café, cacao, té, refrescos, bebidas energéticas, cerveza, vino o licor fuerte.



Evite comer alimentos que sean ácidos y contengan MSG o edulcorantes artificiales, ya que pueden irritar la vejiga.



Algunos medicamentos pueden mejorar el flujo de orina y ayudar a vaciar la vejiga. Hable con su oncólogo especialista en radiación si surge esta preocupación.



Su oncólogo especialista en radiación puede examinar su orina en busca de bacterias y recetarle un antibiótico si tiene una infección urinaria.



Los ejercicios de Kegel pueden fortalecer los músculos del piso pélvico (los músculos que ayudan a controlar el flujo de orina) y ayudar a controlar la incontinencia. Pida a su equipo de atención el folleto Kegel.

Los cambios en la orina comenzarán a mejorar lentamente una vez que finalice su tratamiento de radiación. Si tiene alguna inquietud o pregunta, asegúrese de hablar con su médico o enfermera.



Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se ofrecen servicios de interpretación gratuitos. Hable con un empleado para solicitarlo.

© 2019–2022 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema médico o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de atención médica. **ONC0215-08/22** (Last reviewed -08/22) (Spanish translation 09/19 by inWhatLanguage)