

# Baño de asiento



# Baño de asiento

Un baño de asiento consiste en sentarse en una bañera poco profunda con agua tibia hasta la altura de sus caderas. Esto puede ayudar a aliviar los efectos secundarios causados por la terapia de radiación, como:

- › **Vaginitis:** infección de la vagina que causa secreción, comezón o dolor
- › **Proctitis:** inflamación del recto que provoca la presencia de sangre en las heces (popó)
- › **Irritación de la piel perianal:** comezón o ardor en la piel entre los genitales y el recto

## Instrucciones

1. Limpie y enjuague bien la bañera antes de llenarla con agua para reducir los gérmenes.
2. Llene la bañera con 3 a 4 pulgadas de agua muy tibia (no caliente).
3. Agregue al agua  $\frac{1}{2}$  taza de sal de Epsom.
4. Siéntese en la bañera.
5. Siéntese sobre una almohada en forma de anillo para aliviar la presión en el área afectada, si es necesario.
6. Sumérjase en la bañera durante 15 a 20 minutos.
7. Seque el área suavemente con una toalla limpia.
8. Repita estos pasos varias veces al día si es necesario.



## Cancer Centers