

Cateterismo intermitente limpio para hombres

¿Qué es el cateterismo intermitente limpio (CIC)?

El cateterismo intermitente limpio (CIC, por sus siglas en inglés) es una técnica que se usa para vaciar su vejiga. Usted mismo puede hacer un CIC mediante la inserción de un pequeño tubo (sonda) en la uretra. La realización de un CIC a veces se la conoce como “autocateterismo”.

¿Por qué necesito un CIC?

Usted pueda que deba hacerse un CIC si tiene incontinencia urinaria (escape de orina), retención urinaria (no puede orinar), problemas de la próstata u otra condición médica.

Es necesario vaciarse la vejiga con regularidad y por completo. De no ser así, tiene un riesgo más alto de contraer una infección urinaria.

¿Cuán a menudo debo hacer un CIC?

Depende. Si siente la necesidad de orinar, hágalo como lo haría normalmente, y continúe con un CIC si siente que la vejiga no se le ha vaciado por completo. En la mayoría de los hombres, esto implica un autocateterismo cada 3 o 4 horas.

Algunos pacientes no sentirán la necesidad de orinar. En este caso, sus proveedores de atención médica lo ayudarán a planificar horarios regulares basados en su estilo de vida y de sus necesidades médicas.

En cualquier caso, vacíe su vejiga apenas se levante por la mañana y cuando se acueste por la noche.

¿Cómo hago un CIC?

Un enfermero o una enfermera le enseñará a hacer un CIC la primera vez. Tendrá la oportunidad de practicar y hacer preguntas. En su casa, puede consultar las instrucciones en la página siguiente de este folleto.

Recuerde que el autocateterismo es una destreza como cualquier otra. A medida que adquiera experiencia, se sentirá más cómodo.



¿Cómo cuida del catéter?

Es importante usar un catéter limpio para evitar infecciones en las vías urinarias, preferiblemente uno nuevo cada vez.

Si tiene que volver a usar un catéter, asegúrese de limpiarlo después de usarlo. El último paso de las instrucciones (en la página 2) explica cómo hacerlo. Luego, reemplace el catéter por uno nuevo todas las semanas o si el catéter se daña o se tapa.

¿Cuándo debo llamar al médico?

Esté atento a los signos de infección. Comuníquese con el médico si presenta alguno de los siguientes síntomas:

- Fiebre
- Orina con mal olor
- Orina turbia
- Orina que ha cambiado de color o que contiene sangre
- Pérdidas de orina entre un cateterismo y otro (de reciente aparición)
- Dolor al orinar o dolor con el cateterismo
- Incapacidad de colocarse el catéter

¿Qué pasos debo seguir para un CIC?

1 Reúna los materiales que necesitará y colóquelos donde pueda alcanzarlos sin perder el equilibrio.

Necesitará lo siguiente:

- Catéter
- Lubricante soluble en agua (como KY Jelly; no use vaselina)
- Toallitas húmedas de limpieza (se pueden usar toallitas para bebés)
- Recipiente de drenaje para recoger la orina (opcional)
- Bolsa para guardar los elementos entre un cateterismo y otro

2 Lávese bien las manos con agua y jabón. No necesita usar guantes (aunque el personal médico sí debe usarlos). Si quiere usar guantes, use guantes que no sean de látex.

3 Adopte la posición más cómoda posible. Tal vez sea conveniente que se siente en el inodoro con las piernas separadas. Puede estar de pie junto al inodoro con una pierna apoyada sobre este. Quizás prefiera otra forma, opte por lo que sea más adecuado para usted.

4 Cubra 2 pulgadas (5 cm) del extremo del catéter con el lubricante.

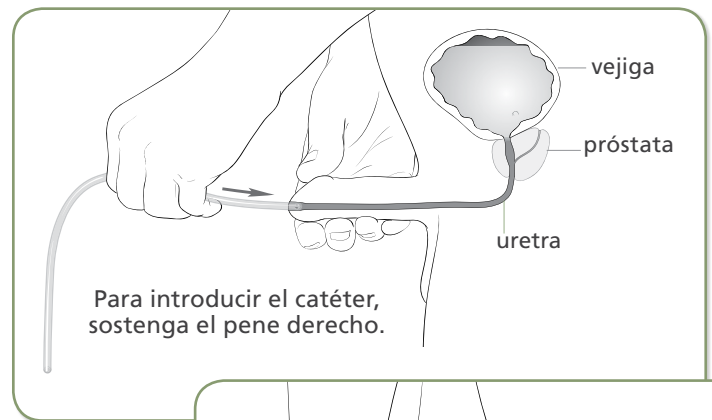
5 Lávese el pene. Use agua y jabón y un paño o una toallita húmeda de limpieza. Si no está circuncidado, jale el prepucio hacia atrás antes de limpiarlo.

6 Sosténgase el pene con la mano no dominante. (La mano no dominante es aquella con la que NO escribe).

7 Sin dejar de sostener el pene, tome la sonda con la otra mano como si fuera un lápiz. Los dedos deben quedar a una distancia aproximada de 3 pulgadas (7.6 cm) del extremo del catéter.

8 Lentamente introduzca el extremo lubricado del catéter en el pene hasta que empiece a salir la orina. Asegúrese de que el extremo de drenaje del catéter esté sobre el inodoro u otro recipiente de recolección.

9 Una vez que la orina empiece a fluir, empuje el catéter suavemente 1 o 2 pulgadas más (2.5 cm o 5 cm). Deje puesto el catéter hasta que el flujo de orina se detenga.



10 Nunca haga fuerza para atravesar una zona difícil. Si encuentra resistencia, respire hondo mientras empuja y gira el catéter suavemente.

11 Cuando la orina deje de fluir, retire el catéter lentamente girando con suavidad a medida que este sale. Normalmente, saldrá más orina mientras lo hace. Deténgase cada vez que salga más orina para que la vejiga se vacíe por completo.

12 Si va a usar el catéter otra vez, lávelo y guárdelo después de retirarlo por completo.

- Lave el catéter con agua y jabón; luego, enjuáguelo de modo que el agua corra por todo el interior.
- Sacuda el catéter para retirar el agua de su interior.
- Use una toalla limpia para secar el exterior.
- Por último, guarde el catéter en una bolsa plástica limpia y seca.

Clean Intermittent Catheterization for Men

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 proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

©2017 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 de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en intermountainhealthcare.org. Patient and Provider Publications FS310S-12/17 (Last reviewed - 11/16) (Spanish translation 12/17 by inWhatLanguage)