

DIS104-SP

El cateterismo intermitente limpio es una forma de vaciar la vejiga mediante el uso de un catéter nuevo cada vez y el uso de una técnica limpia para cateterizarse. Al vaciar la vejiga con regularidad, puede ayudar a prevenir las infecciones del tracto urinario (ITU), los cálculos en la vejiga y el daño renal.

### Programa de cateterismo

Cateterice en estos tiempos:

1. Cuando te despiertas por la mañana
2. Cada 4 horas durante el día (su proveedor de atención médica podría darle un horario más específico)
3. Antes de acostarse

Pasos para cateterizar

1. Reúna el equipo:
  1. Catéter (Tamaño: \_\_\_\_\_Fr.)
  2. Agua y jabón y una toallita limpia o toallitas desechables
  3. Lubricante soluble en agua (como K-Y Jelly). **NO** use vaselina, como lubricante Mandriles o toalla para colocar debajo de usted mientras se cateteriza
  4. Recipiente de recolección de orina (si no se está cateterizando en el inodoro)
  5. Guantes, si es necesario
2. Coloque todo el equipo sobre una superficie limpia.
3. Asegúrese de que su ropa esté lejos de su cuerpo y que tenga suficiente luz para ver bien.
4. Lávese bien las manos con agua y jabón. Esto reduce las bacterias y previene la infección.
5. Abra el paquete del catéter y lubrique aproximadamente 2 pulgadas de la punta del catéter con el lubricante soluble en agua. **NO** use vaselina, como lubricante, porque no se disuelve.
6. Lave bien el extremo del pene con agua y jabón o una toallita desechable. Si no está circuncidado, retire el prepucio y lávese bien con agua y jabón. Esto reduce las bacterias y previene la infección.
7. Coloque el extremo de drenaje del catéter en un inodoro, urinario o recipiente.
8. Usando su **mano no dominante** (por ejemplo, si es diestro, use su mano izquierda), sostenga su pene erecto, hacia arriba y hacia afuera de su cuerpo. Agarre los lados de su pene en lugar de pellizcar la parte superior e inferior.
9. Sostenga el catéter con la **otra mano** e insértelo lentamente aproximadamente 6 pulgadas en la abertura de su pene (uretra), y continúe avanzando hacia el pene hasta que la orina fluya. Cuando la orina comience a fluir, inserte el catéter aproximadamente 1 pulgada más. Si está usando un catéter de punta de coudé,

This information is for educational purposes only. It is not intended to replace the advice of your health care providers. If you have any questions, talk with your doctor or others on your health care team.

If you are a Gillette patient with urgent questions or concerns, please contact Telehealth Nursing at 651-229-3890.

insértelo con la punta curva apuntando hacia arriba. Continúe manteniendo el catéter en su lugar hasta que se detenga el flujo de orina.

10. Si siente resistencia, simplemente pare por un segundo. Respire profundo. Luego, reanude suavemente la inserción con una presión suave pero firme hasta que el músculo del esfínter se relaje y el catéter sea más fácil de empujar. El músculo del esfínter controla la abertura de la vejiga. **Nunca fuerce el catéter.**
11. Después de que se detenga el flujo de orina, retire lentamente el catéter, permitiendo que la orina en la vejiga se vacíe por completo. Si no está circuncidado, tire del prepucio hacia atrás sobre la cabeza de su pene después de terminar el cateterismo. Si no se devuelve el prepucio, la circulación puede verse afectada, lo que puede provocar daños en los tejidos. **Si el prepucio se atora y no se puede devolver, se trata de una emergencia médica. Vaya a una sala de emergencias cercana.**
12. Cuando esté listo para quitar la punta del catéter, sosténgala para que la orina drene desde la punta del catéter y no hacia usted.
13. Mire su orina y tome nota de su color, olor, características y cantidad. Registre la cantidad si un proveedor de atención médica le ha indicado que lo haga. Luego deseche la orina y el catéter. Lávese las manos con agua y jabón.

### Desarrollar una rutina

Es muy importante establecer un cronograma para el cateterismo. Para establecer una rutina, mantenga un registro diario del momento del cateterismo, la cantidad de orina recolectada y si está mojado, húmedo o seco. Configurar un recordatorio de alarma en un teléfono celular, reloj u otro dispositivo electrónico puede ser útil.

Establecer una rutina puede llevar varios meses. Una vez que una rutina esté funcionando bien, no necesitará medir la cantidad de orina que recolecta cada vez que se cateteriza.

### Autocateterismo

Para ganar independencia, debe aprender a autocateterizarse, si es posible.

Debido a que algunos pacientes tienen una mala coordinación de la mano-vista, es importante practicar actividades que lo ayuden a guiar el catéter hacia la uretra. Pídale a su proveedor de atención médica ejemplos de actividades que le ayudarán con esto.

Debe aprender a cateterizar desde una posición sentada, para que pueda hacerlo en una silla de ruedas, automóvil o cama, o mientras está en el inodoro. Para que sea más fácil bajar la ropa para el cateterismo, considere coser Velcro sujetadores o cremalleras en costuras a los lados o en el área de la entrepierna de los pantalones.

This information is for educational purposes only. It is not intended to replace the advice of your health care providers. If you have any questions, talk with your doctor or others on your health care team.

If you are a Gillette patient with urgent questions or concerns, please contact Telehealth Nursing at 651-229-3890.

### Visitas de seguimiento

Su urólogo o proveedor de cabecera le recomendará cuándo programar visitas de seguimiento. Lleve su registro diario de cateterismo a sus visitas a la clínica, si se le indica que lo haga.

### Cuando notificar a su proveedor de atención médica

Notifique a su proveedor de atención médica si:

- No puede pasar el catéter a través de la uretra
- Pierde orina entre las veces que se cateteriza
- Ve sangre en la orina
- Produce cantidades inusualmente pequeñas o grandes de orina sin un cambio significativo en su actividad de comer o beber
- Experimenta síntomas de una infección del tracto urinario, que pueden incluir:
  - Dolor o sensación de ardor durante el cateterismo
  - Dolor abdominal inferior
  - Fiebre superior a 101.5 F
  - Aumento de las fugas entre las veces que se cateteriza
  - Aumento del olor de la orina

This information is for educational purposes only. It is not intended to replace the advice of your health care providers. If you have any questions, talk with your doctor or others on your health care team.

If you are a Gillette patient with urgent questions or concerns, please contact Telehealth Nursing at 651-229-3890.