

## Irrigando la Vejiga

### Irrigating the Bladder - Spanish

#### ¿Qué es la irrigación vesical?

La irrigación vesical es un procedimiento utilizado para limpiar la vejiga de mucosidad y desechos. Las personas que usan catéteres urinarios pueden acumular mucosidad, cristales de piedras o bacterias en la vejiga. Esta acumulación puede provocar infecciones de la vejiga y cálculos vesicales. Piensa en tu vejiga como un globo de nieve: cuando se agita un globo de nieve, la "nieve" se mueve dentro de él, de manera similar a lo que hace la irrigación con los desechos en la vejiga. La irrigación remueve la mucosidad y los desechos de las paredes de la vejiga. Una vez que flotan, pueden salir de tu cuerpo a través del catéter. Este proceso puede prevenir infecciones urinarias (UTI) y la formación de cálculos vesicales.

#### ¿Qué suministros necesito para la irrigación vesical?

Para la irrigación vesical, usarás tus suministros habituales de cateterización, además de:

- Jeringa de 60 mL con punta para catéter: no necesita ser estéril, solo estar limpia. Puedes usar la misma jeringa durante al menos un mes siempre que la limpies con vinagre diluido entre usos (ver instrucciones más abajo).
- Recipiente de plástico para el agua o solución salina: no necesita ser estéril, ni el agua tampoco.
- Agua de la llave o solución salina para usar como líquido de irrigación: más de 300 mL.
- Urinario o palangana para recolectar la orina.

#### ¿Cómo irrigo mi vejiga?

1. Lávate las manos.
2. Vierte agua o solución salina en el recipiente de plástico.
3. Coloca el catéter como lo haces normalmente para vaciar la vejiga y drenar la orina.

4. Con la jeringa de punta para catéter, introduce 60 mL de agua o solución salina en la vejiga a través del catéter. Pinza el catéter y llena nuevamente la jeringa con otros 60 mL de solución. Introduce esta solución también en la vejiga. (Ahora hay 120 mL de solución en tu vejiga.) Usa suficiente presión para remover la mucosidad y desechos del fondo de la vejiga, pero no tanta como para causar dolor.
5. Cuando tengas 120 mL de solución en la vejiga, tira del émbolo de la jeringa para retirar 60 mL de la solución usada. Dejar el resto en la vejiga ayuda a evitar que el catéter se succione contra la pared vesical, lo cual puede ser doloroso. Observa la solución usada en la jeringa para verificar si contiene mucosidad o desechos, luego deséchala.
6. Llena de nuevo la jeringa con 60 mL de solución limpia e introdúcela en la vejiga. Luego repite el paso 5.
7. Continúa repitiendo el proceso de introducir 60 mL, retirar 60 mL y desechar hasta que la salida de la vejiga esté libre de mucosidad y desechos. Esto debería usar al menos 300 mL de solución, pero puede requerir más si aún hay mucosidad o desechos.
8. Cuando termines la irrigación, extrae la solución restante de la vejiga en tandas de 60 mL, dejando los últimos 60 mL dentro de la vejiga.
9. Permite que los últimos 60 mL drenen por el catéter. Esto evita que el catéter se succione contra la pared de la vejiga.
10. Lávate bien las manos y limpia todos los suministros con vinagre diluido.

## ¿Cómo preparo solución salina en casa para la irrigación vesical?

Para preparar solución salina en casa, mezcla **1 galón de agua destilada con 8 cucharaditas de sal de mesa** y agita hasta que la sal se disuelva completamente.

También puedes usar solución salina embotellada de la farmacia.

Otra opción es hervir **2 cuartos (aprox. 2 litros)** de agua del grifo durante 10 minutos y después agregar **4 cucharaditas de sal** al agua hirviendo. Una vez que se enfríe, vierte la solución salina en una botella de plástico (preferiblemente la que recibiste del hospital).

## ¿Cómo limpio mis suministros de irrigación vesical con vinagre diluido?

1. Mezcla 1 1/2 tazas de vinagre blanco con 2 cuartos (8 tazas) de agua.
2. Desconecta la jeringa y coloca la jeringa, el émbolo y el recipiente usado para la irrigación en una bañera, fregadero o palangana grande para dejarlos en remojo durante 30 minutos.
3. Drena la mezcla y enjuaga los suministros con agua limpia. Seca el exterior de la bolsa y el tubo. No uses una solución de cloro, ya que puede dañar el equipo.

Esta información es solo para fines educativos. No pretende reemplazar el consejo de tus proveedores de atención médica. Si tienes alguna pregunta, habla con tu médico u otros integrantes de tu equipo de salud.

Si eres paciente de Gillette y tienes preguntas o inquietudes urgentes, comunícate con Telehealth Nursing al **651-229-3890**.