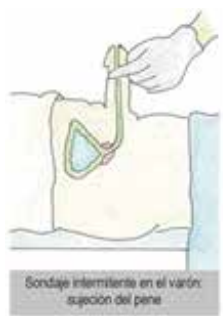


Instrucciones para la limpieza en casa del Cateterismo intermitente



El Cateterismo Intermitente es el uso de un tubo delgado que drena la orina de la vejiga varias veces al día de acuerdo a un plan habitual. Este método es necesario cuando el paciente no es capaz de vaciar la vejiga por sí mismo, al presentar salida de orina involuntaria o al tener una presión muy alta en la vejiga.

Si la vejiga no se vacía correctamente, pueden aparecer infecciones, accidentes urinarios, daño renal permanente y otros problemas de salud.

Materiales

- Sonda o catéter
- Lubricante: Lidocaína jalea (**no usar Vaselina o aceite mineral**)
- Agua y jabón
- Toallas limpias o húmedas
- Toalla limpia y seca
- Recipiente para recolectar la orina
- En caso de no contar con ayuda, espejo de mano
- Recipiente o bolsa para guardar el catéter
- Vinagre u olla con agua para esterilizar

Pasos

- 1 Preparar todos los materiales
- 2 Lavar las manos con agua y jabón, secarlas muy bien con toallas desechables o limpias. Las uñas deben estar cortas y limpias
- 3 Intentar orinar sin hacer demasiado esfuerzo
- 4 Ubicarse delante del sanitario en una silla frente al inodoro o recostarse en la cama
- 5 Lavar bien la punta del pene con agua y jabón. Correrse el prepucio y mantenerlo así durante el procedimiento
- 6 Aplicar el lubricante (Lidocaína gel) dentro del orificio del pene y sobre la punta del catéter
 - a. Cubrir de 5 a 8 centímetros de la punta
 - b. No introducir el catéter en el tubo del lubricante
 - c. Asegurarse de que el otro extremo del catéter esté ubicado en un recipiente o que su contenido se drene al inodoro
- 7 Sujetar el pene en un ángulo de 90 grados del cuerpo en dirección al abdomen

- 8 Tomar el catéter lubricado igual que un lápiz e insertarlo lentamente hasta que la orina fluya libremente
- 9 Empujar suavemente el catéter 3 centímetros más respirando lentamente y relajando los músculos
- 10 Permitir que toda la orina drene dentro del inodoro o recipiente
- 11 Retirar lentamente el catéter
- 12 Limpiar el pene y llevar el prepucio a su posición habitual
- 13 Lavar las manos con agua y jabón y secarlas con una toalla limpia o desechable

Para tener en cuenta

- Limpiar y guardar correctamente la sonda
- Controlar el color, olor y cantidad de la orina
- Anotar la cantidad de orina recolectada. Esta información ayudará al médico y enfermera a establecer un plan habitual
- Realizar el cateterismo puntualmente
- Si el catéter cae al suelo, utilizar otro
- Beber gran cantidad de líquido favorecerá el flujo de orina
- Algunas gotas de sangre pueden aparecer durante el procedimiento

Problemas eventuales

- Si al momento de realizar el cateterismo no se encuentra relajado, el esfínter se cerrará evitando que ingrese la sonda
- Si la orina se vuelve turbia o de mal olor, pero no presenta fiebre, deberá beber más líquido y asegurarse de que esté realizando el cateterismo correctamente

Recomendaciones

- Realizar el cateterismo de 4 a 6 veces diarias
- No pasar más de 8 horas sin realizar el procedimiento por la noche
- El médico o enfermera le informarán el número correcto de la sonda
- Un mismo catéter se puede reutilizar y limpiar aproximadamente una semana. Si este se torna áspero, rígido, se raje o dañe, deberá desecharlo

¿Cómo limpiar el catéter?

Paso 1: Limpieza del catéter (inmediatamente después de usarlo)

Un catéter limpio y libre de gérmenes previene las infecciones del tracto urinario.

- Lavar el catéter con agua jabonosa tibia y enjuagarlo bien por dentro y por fuera
- Usar una jeringa para enjuagar el catéter por dentro
- Secar el catéter con una toalla limpia o desechable
- Guardar la sonda en una bolsa plástica etiquetada como "material sucio" y posteriormente esterilizarla

Paso 2: Esterilización (una vez al día)

Al esterilizar se eliminan todos los gérmenes de los catéteres para evitar infecciones. Los catéteres se esterilizarán en agua hirviendo o remojándolos en vinagre. La enfermera le explicará cuál de los métodos usar.

- Esterilización con agua hirviendo: Diariamente colocar todos los catéteres en un recipiente con agua hirviendo durante 10 minutos, secarlos y ponerlos sobre una toalla de papel limpia para que terminen de escurrir (es importante que no queden zonas húmedas en el interior del catéter porque estas propiciarán el crecimiento de gérmenes) y finalmente guardar las sondas en una bolsa plástica con cierre o en un recipiente plástico.
- Esterilización con vinagre: Lavar los catéteres con agua tibia y jabón 2 veces y dejarlos remojar en una taza de vinagre o cubeta plástica a temperatura ambiente aproximadamente 30 minutos. Pasado este tiempo, enjuagar con agua limpia.

Consultar al médico si presenta:

- Orina turbia y de mal olor acompañada de fiebre
- Si no puede insertar la sonda aun estando relajado
- Sangrado persistente durante el procedimiento