

¿En qué consiste la autocateterización urinaria?

Un catéter (tubo de plástico pequeño y delgado) se inserta a través de la uretra (apertura por donde la orina [el pis] sale del cuerpo) hasta la vejiga para que la orina drene fuera del cuerpo.

¿Por qué necesito cateterizarme?

Cuando usted no puede orinar sola o cuando sale muy poca orina.

¿Con qué frecuencia necesito cateterizarme?

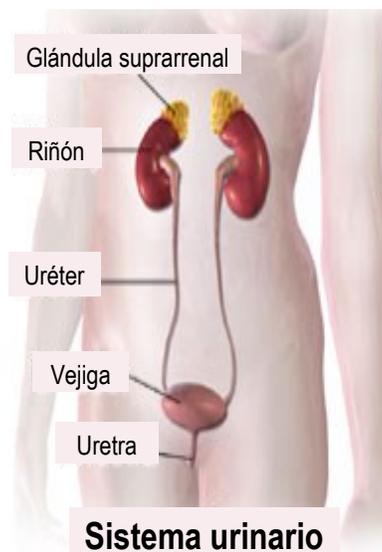
Es importante que no deje que la vejiga se llene demasiado. Debería intentar orinar por lo menos cada 4 horas mientras está despierta y antes de ir a dormir. *Debe* cateterizarse cada vez que orine para asegurarse de que la vejiga quede vacía.

¿Qué suministros necesito?

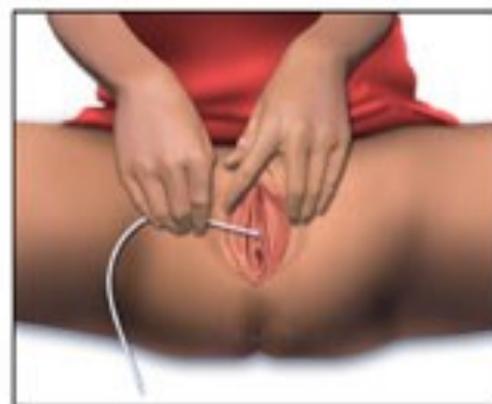
- Catéter
- Lubricante, tal como K-Y Jelly™ (no Vaseline™ ni vaselina)
- Recipiente en forma de sombrero (recipiente para recoger y medir la orina)
- Toallitas húmedas o jabón, agua tibia y una toallita de mano, un espejo y buena iluminación

¿Cómo debo hacerme la cateterización?

- Lávese las manos con jabón y agua tibia
- Aplique lubricante en el extremo del catéter
- Límpiense; separe los labios vaginales y limpie de adelante hacia atrás con una toallita húmeda o con una toallita de mano con agua tibia y jabón
- Abra los labios vaginales con una mano; usando un espejo, busque el orificio uretral (vea la imagen abajo)
- Con la otra mano inserte lentamente el extremo del catéter dentro del orificio uretral (sostenga el catéter de manera que el otro extremo esté dentro del recipiente en forma de sombrero); suavemente empuje el catéter hasta que la orina comience a salir.
- Una vez que deje de salir la orina, pellizque el catéter y sáquelo suavemente. Mantenga el extremo del catéter apuntando hacia arriba para evitar que se derrame la orina.
- Anote la cantidad de orina de la cateterización.
- Lave el catéter con jabón líquido, enjuáguelo bien y deje que se seque al aire sobre una toalla. Guárdelo en un lugar seco y limpio hasta que esté lista para usarlo de nuevo .



Perineo femenino



Consejos importantes:

- *Si tiene dificultad para insertar o sacar el catéter:* si causa dolor, trate de usar más lubricante. Los espasmos musculares también pueden causar dolor. Intente relajarse haciendo una respiración profunda en el momento que mete o saca el catéter.

- *Si no se drena la orina:* use un espejo para asegurarse de que el catéter esté en la uretra y no en la vagina. Si está segura de que está bien colocado entonces trate de empujarlo suavemente un poco más adentro o sacarlo un poco.

Si hay sangre en el catéter o en la orina: la sequedad puede ser la causa. Trate usar más lubricante. Asegúrese de beber mucho líquido. La sangre también puede ser debida a una infección. Llame a su proveedor si cree que tiene una infección.

¿Cuándo debo de dejar de cateterizarme?

Usted puede dejar de cateterizarse cuando:

La cantidad que usted orina por sí misma es más de 200 ml, dos veces seguidas.

La cantidad de orina que junta cada vez con la cateterización es menor de 100 ml.

¿Cuándo debería llamar a mi proveedor?

Si no puede cateterizarse sola

Si no sale orina al momento de orinar o la cateterización o la vejiga le duele

Si tiene síntomas de infección de las vías urinarias:

- dolor mientras orina,
- fiebre/escalofríos,
- dolor de espalda,
- orina turbia o con mal olor,
- sangre en la orina,
- espasmos de vejiga (dolor).

Si tiene preguntas o problemas durante el horario de oficina llame a su proveedor. Para consultas fuera del horario de oficina llame a la operadora del hospital al 984-974-4131 y pregunte por el proveedor uroginecológico de turno.

Approved by the NC Women's Hospital Patient Education Committee, July 22, 2009, revised November 2015, revised December 16, 2018

Translated by UNC Health Care Interpreter Services, 01/23/19