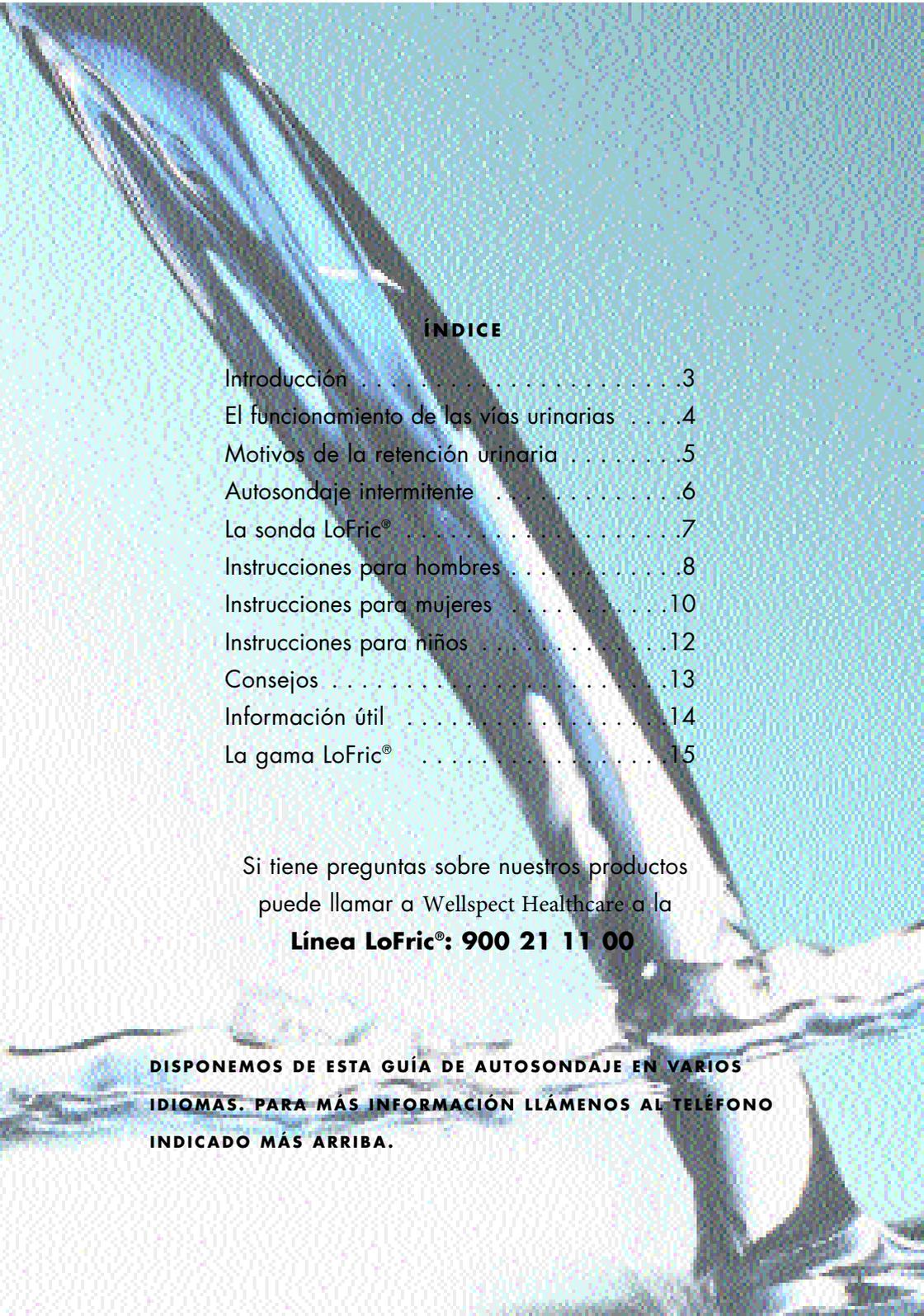


Lofric®



GUÍA DE USO



ÍNDICE

Introducción	3
El funcionamiento de las vías urinarias	4
Motivos de la retención urinaria	5
Autosondaje intermitente	6
La sonda LoFric®	7
Instrucciones para hombres	8
Instrucciones para mujeres	10
Instrucciones para niños	12
Consejos	13
Información útil	14
La gama LoFric®	15

Si tiene preguntas sobre nuestros productos
puede llamar a Wellspect Healthcare a la

Línea LoFric®: 900 21 11 00

**DISPONEMOS DE ESTA GUÍA DE AUTOSONDAJE EN VARIOS
IDIOMAS. PARA MÁS INFORMACIÓN LLÁMENOS AL TELÉFONO
INDICADO MÁS ARRIBA.**

Cualquier persona puede sufrir una retención de orina en algún momento de su vida.

Esta guía de uso es un complemento de las enseñanzas que le han dado en el hospital. Puede ser utilizada como consulta ante cualquier duda ya que puede ser que las primeras veces necesite recordar algunos aspectos de lo que le han explicado sobre el autosondaje.

Al iniciar el programa de autosondaje, se consiguen solucionar muchos de los problemas que produce una retención de orina. Esta terapia ofrece muchas ventajas y da una mayor libertad al paciente, ya que puede decidir en qué momento desea vaciar la vejiga de forma limpia, suave y segura. En resumen, el autosondaje ofrece una mejor calidad de vida.

GRACIAS a todos los médicos y enfermeras/os de urología que, con gran generosidad, han contribuido con sus puntos de vista en todos los aspectos a realizar esta guía.

EL FUNCIONAMIENTO NORMAL DE LAS VÍAS URINARIAS

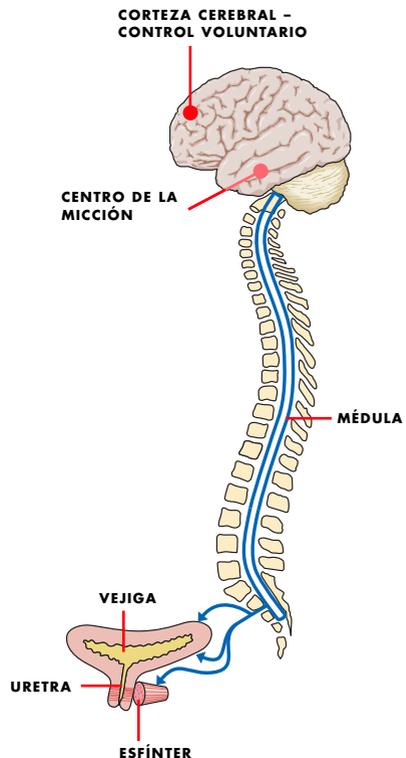
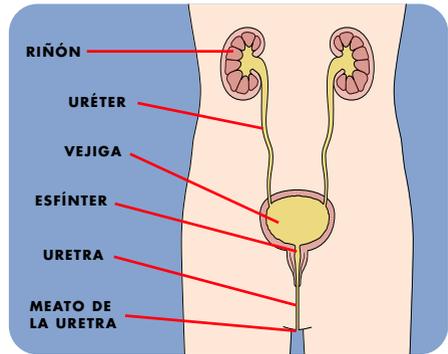
Los riñones tienen dos funciones fundamentales, por un lado, eliminar las sustancias tóxicas presentes en la sangre y, por otro, mantener el equilibrio de sal y agua en el cuerpo. La sangre es filtrada por los riñones, eliminándose todos los componentes de desecho. Como consecuencia, se forma la orina, que pasa a través de los uréteres (uno desde cada riñón) hasta la vejiga, donde se va almacenando.

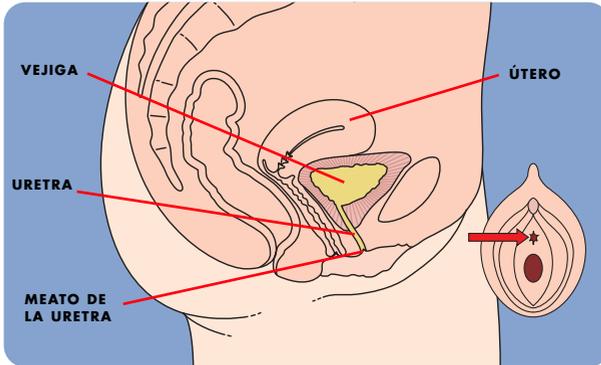
La vejiga, órgano en forma de bolsa, tiene dos funciones, por un lado almacenar la orina y por otro expulsarla.

Mientras la vejiga se va llenando, mantiene una presión baja. El volumen normal de acumulación en adultos es de 300 a 500 ml. Un adulto empieza a tener sensación de necesidad de orinar cuando la vejiga contiene 150-250 ml.

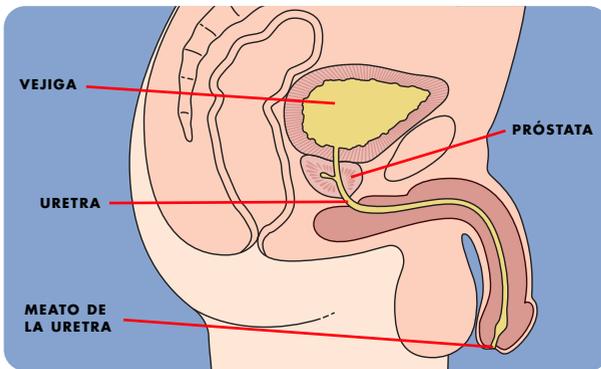
La micción se realiza de forma consciente y voluntaria. Cuando comenzamos a orinar aumenta la presión en la vejiga. Los músculos de la vejiga se contraen. Al mismo tiempo, el esfínter (la musculatura alrededor de la uretra) se relaja, abriendo el paso de salida. De esta manera, la orina fluye por la uretra al exterior.

Para que todo funcione correctamente, es necesario que sean normales los impulsos nerviosos del cerebro que bajan desde el centro de micción, pasando por la médula espinal, hasta los músculos de la vejiga y la uretra.





La uretra de la mujer tiene de 3 a 5 cm de longitud. El meato de la uretra está situado entre el clítoris y la vagina. La mejor manera de encontrar el meato de la uretra es mirando con un espejo.



La uretra del hombre tiene de 25 a 27 cm de longitud con forma de S. Al introducir la sonda en la uretra se puede enderezar la forma S levantando el pene hacia el abdomen.

Los motivos por los que la vejiga no se vacía completamente pueden ser:

- Modificaciones de la uretra. Por ejemplo en los casos de dilatación benigna de la próstata o constricción de la uretra.
- Daños de la médula.
- Malformación heredada con interrupción en las comunicaciones de los nervios entre el cerebro y la vejiga.
- Falta de fuerza suficiente del músculo de la vejiga.
- Una enfermedad neurológica, por ejemplo, Esclerosis Múltiple.
- Estados postoperatorios de cirugías abdominales.

¿QUÉ ES EL AUTOSONDAJE INTERMITENTE LIMPIO (AIL)?

El autosondaje intermitente limpio (AIL) es un tratamiento que permite que el propio paciente evacue la orina. Esto se hace regularmente, generalmente varias veces al día. El médico informará con qué frecuencia diaria debe usarse la sonda. Se utiliza una sonda delgada y suave que se introduce por la uretra hasta la vejiga. Cuando la orina ha sido evacuada totalmente la sonda se retira lentamente. En los adultos el volumen de la vejiga al vaciarla no debe superar los 350–400 ml.

El médico definirá la frecuencia de vaciado de la vejiga. Es importante seguir la pauta de sondaje acordada para evitar molestias y complicaciones.

El objetivo del autosondaje intermitente limpio (AIL) es:

Mantener las vías urinarias superiores saludables

Para evitar daños e infecciones renales es importante vaciar totalmente la vejiga con regularidad.

Los dos motivos más comunes de los problemas renales en los pacientes con trastornos de vaciado de vejiga son la presión demasiado alta de la vejiga y las infecciones de las vías urinarias. La presión alta en la vejiga impide el transporte de la orina desde los riñones. Las infecciones de las vías urinarias se pueden transmitir

hacia arriba desde la vejiga a los riñones.

Cómo impedir infecciones en las vías urinarias

La orina residual, que queda en la vejiga, es un caldo de cultivo de bacterias y uno de los motivos principales de infecciones de las vías urinarias. Manteniendo la vejiga sin residuos de orina, se reduce el riesgo de infecciones y otras complicaciones.

Cómo evitar pérdidas de orina

Si la vejiga está llena pueden producirse pérdidas incontroladas.

Vaciando la vejiga regularmente se pueden evitar las molestias y pérdidas incontroladas.

Cómo mejorar la calidad de vida

Minimizando el riesgo de infecciones en las vías urinarias y/o los problemas de pérdidas incontroladas se puede vivir una vida prácticamente normal sin miedo a las ropas húmedas o los malos olores.

Cómo conseguir otra vez un funcionamiento normal de la vejiga

Vaciando la vejiga regularmente mediante autosondaje, a veces se consigue volver a realizar un vaciado total y funcional. Ésta no es una meta posible en todos los casos, pero con perseverancia es posible curarse de ciertos síntomas.

¡El autosondaje intermitente limpio es la segunda mejor manera de orinar!

LA SONDA LOFRIC®

La sonda LoFric® es un tubo de PVC, recubierto por una capa de material hidrofílico que absorbe agua. Este material tiene una extraordinaria capacidad de retener agua de hasta 10 veces su peso. Por tanto, prácticamente, se trata de una capa de agua que recubre la sonda. Es el agua y no el material de la sonda lo que está en contacto con la uretra.

La sonda se sumerge durante 30 segundos en agua corriente. Gracias a su capacidad para absorber agua, la sonda LoFric® es muy suave y fácil de usar. Durante el sondaje, la fricción de la sonda contra la mucosa de la uretra es prácticamente insignificante.

LoFric® se usa desde 1983 y está muy bien documentada. Desde entonces se ha escrito más sobre la sonda LoFric® en estudios objetivos y uso clínico que sobre cualquier otra sonda. Usándola bien no produce daños ni siquiera durante usos prolongados.

El principio LoFric®

La capa hidrófila está formada por polivinilpirrolidona (PVP) y sal (NaCl) que después del contacto con el agua forma una superficie de agua alrededor de toda la sonda. La sal retiene con eficacia el agua a la sonda impidiendo que la capa de agua desaparezca durante el sondaje. La fricción de la capa superficial contra la uretra es prácticamente inexistente con un riesgo mínimo de daños o molestias.

Sonda para vaciado de orina

Una sonda está formada por un tubo de material plástico con un orificio en una punta y un conector en la otra.

1 CONECTOR

Con diferentes colores según el diámetro.

2 SONDA

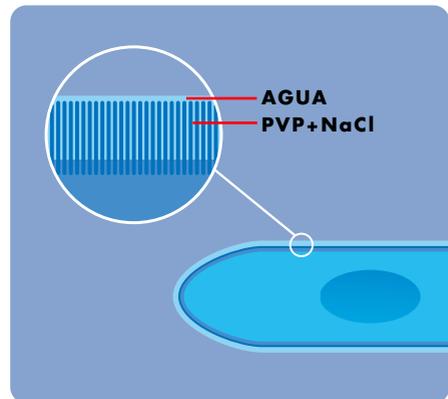
El diámetro se mide en Charrière (3 CH ≈ 1 mm). La longitud puede ser de 20, 30 ó 40 cm.

3 OJOS

Orificios laterales por los que sale la orina.

4 PUNTA DE LA SONDA

Hay dos tipos: Punta recta, llamada Nelaton y acodada, llamada Tiemann.



INSTRUCCIONES PARA HOMBRES

1. Lávese las manos con agua y jabón. A veces puede ser bueno intentar orinar antes del autosondaje.



2. Abra el envase separando las solapas unos 5-6 cm



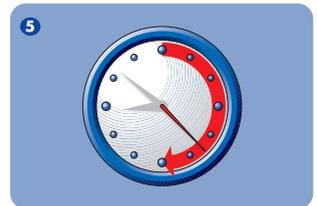
3. Llene el envase con agua. Se puede usar el agua del grifo. Con agua tibia el catéter es más flexible y con agua fría más rígido. Pruebe la temperatura que le resulte más cómoda



4. El envase tiene una etiqueta autoadhesiva. Quite la protección azul y pegue el envase en una superficie seca adecuada.



5. Espere unos 30 segundos antes de sacar la sonda del envase. Al sacarla, haga el sondaje lo antes posible.

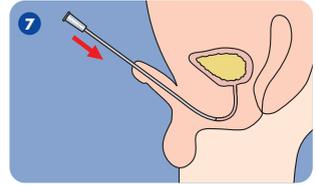


30 segundos.

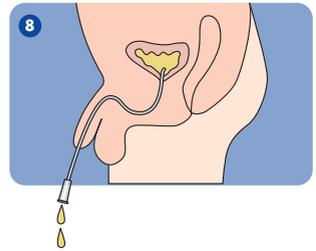


6. Colóquese en una posición cómoda, sentado o de pie. Tire el prepucio hacia atrás. Levante el pene hacia el estómago para que la uretra se enderece. En esta posición la uretra tiene forma de U facilitando la entrada de la sonda. No apriete el pene demasiado porque se puede bloquear la punta de la uretra.

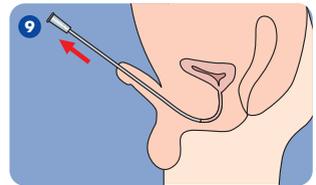
7. Introduzca la sonda lentamente en la uretra. Cuando la orina comience a salir, introduzca la sonda unos dos centímetros más.



8. Cuando la orina sale por la sonda, coloque el pene en la posición normal hacia abajo. No hay peligro de dañar la vejiga dado que la sonda se dobla si choca contra la pared de ésta.



9. Cuando la orina deje de fluir, levante nuevamente el pene y retire lentamente la sonda. Si la orina vuelve a salir, espere a que la vejiga esté totalmente vacía. Deseche la sonda.



10. Finalice el proceso, lavándose las manos nuevamente.



La sonda LoFric® no se debe colocar sobre papel ni tela porque estos materiales absorben el agua de la capa superficial.

INSTRUCCIONES PARA MUJERES

1. Lávese las manos con agua y jabón. A veces puede ser bueno intentar orinar antes del autosondaje.



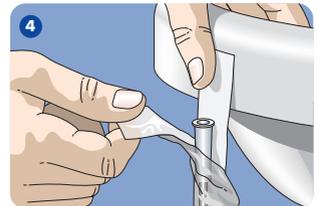
2. Abra el envase separando las solapas unos 5–6 cm.



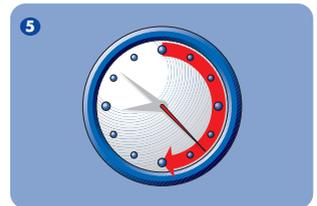
3. Llene el envase con agua. Se puede usar el agua del grifo. Con agua tibia el catéter es más flexible y con agua fría más rígido. Pruebe la temperatura que le resulte más cómoda.



4. El envase tiene una etiqueta autoadhesiva. Quite la protección azul y pegue el envase en una superficie seca adecuada.



5. Espere unos 30 segundos antes de sacar la sonda del envase. Al sacarla, haga el sondaje lo antes posible.



30 segundos.

6

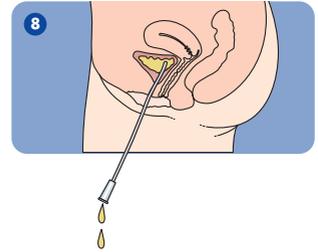


6. Colóquese en una posición cómoda, sentada o de pie. Las primeras veces puede ser útil utilizar un espejo para encontrar el meato de la uretra. Sin embargo es mejor encontrarlo al tacto para no depender de un espejo en el futuro.

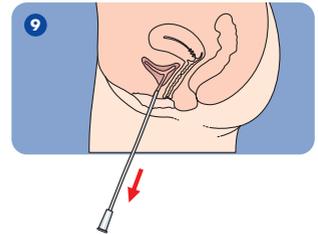
7. Eleve un poco la pelvis. Separe los labios mayores con los dedos índice y corazón de una mano y tire suavemente hacia arriba. Así podrá ver el meato de la uretra.



8. Con la otra mano introduzca la sonda hasta la vejiga. Cuando la orina comience a salir, introduzca la sonda unos dos centímetros más. No hay peligro de dañar la vejiga dado que la sonda se dobla si choca contra la pared de ésta.



9. Cuando la orina deje de fluir, retire la sonda lentamente. Si la orina vuelve a salir, espere a que la vejiga esté totalmente vacía. Deseche la sonda.

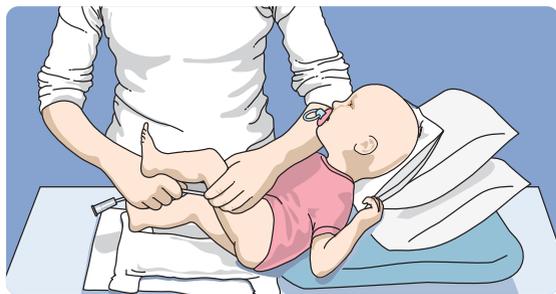


10. Finalice el proceso lavándose las manos nuevamente.



La sonda LoFric® no se debe colocar sobre papel ni tela porque estos materiales absorben el agua de la capa superficial.

EL SONDAJE EN NIÑOS



Haga todo el proceso con tranquilidad, paciencia y cuidado. El hospital o el consultorio especializado ofrecen a los padres una formación y práctica minuciosas. Hay sondas finas especiales para niños.

Si su hijo se puede sentar debe hacer el sondaje en la posición normal de orinar, en el cuarto de baño. Es importante que el niño comience a participar en el sondaje lo antes posible. Muchos niños pequeños pueden sacar la sonda solos. A partir de los 4 a 6 años los niños pueden aprender a hacer el sondaje ellos mismos.

Con los niños más pequeños es muy práctico tenerlos acostados sobre una mesa. Es importante que la parte superior del cuerpo esté levantada, por ejemplo con un cojín, para que la vejiga se vacíe completamente. La orina se puede dejar caer sobre un pañal, en un recipiente o algo similar.

Siga las instrucciones de sondaje para hombre o mujer. Recuerde lavarse siempre las manos con jabón y agua antes y después del sondaje.



Wellspect Healthcare ha elaborado una guía especial para niños. Para más información llame al 900 21 11 00

CONSEJOS

Antes del sondaje

El que tenga posibilidad debe tratar de orinar primero. Relaje la pelvis y evite presionar con la musculatura del abdomen.

Lavado

Para no alterar la flora bacteriana natural que protege contra infecciones se recomienda lavar el bajo vientre una vez por día con un jabón suave.

Defecación

Es importante que el estómago funcione con regularidad, preferiblemente todos los días. Entonces la vejiga se vacía mejor.

Al viajar

Lleve con usted las sondas LoFric® y todo lo necesario para el sondaje.

Lleve siempre con Ud. más sondas que las que piensa usar, para no encontrarse que no tiene si pasa algo imprevisto.

Si no confía en la calidad del agua del grifo, compre agua embotellada. Para viajar hay productos alternativos que tienen agua incluida en el producto, el LoFric® H2O y el LoFric® Hydro-Kit.

No es raro que el equipaje se pierda en un viaje, lleve siempre los catéteres en el equipaje de mano.

Para asegurarse que no tendrá problemas en los controles de aduanas puede conseguir un certificado de que necesita estos productos. Pídale a su médico.

Problemas que pueden surgir:

Dificultades para introducir la sonda

La musculatura alrededor de la uretra puede dificultar el paso, especialmente si el usuario está tenso. Toser un poco puede facilitar la penetración de la sonda. También es aconsejable esperar un par de minutos antes de intentarlo de nuevo. También se puede intentar introducir la sonda de forma suave pero firme. Al poco tiempo los músculos se relajan y dejan pasar la sonda.

Hemorragia

Pueden producirse hemorragias momentáneas por la uretra. Son provocadas generalmente por irritaciones de la uretra y se curan solas. Si siguen o aumentan hay que acudir al médico.

Ante infecciones ligeras de la vejiga

Debe beber mucho, si puede 2 a 3 litros de líquido. Al mismo tiempo, puede ser necesario aumentar la frecuencia de sondajes por día. Vaciando la vejiga con más frecuencia las bacterias tienen menos posibilidad de reproducirse.

En los casos más sencillos, esto puede ser suficiente para que los síntomas desaparezcan.

Ante infecciones de las vías urinarias:

Si tiene fiebre, dolor al vaciar la vejiga, dolor en la espalda o si hay sangre en la orina debe acudir al médico.

Si tiene más preguntas, contacte con la persona que le instruyó en el autosondaje.

INFORMACIÓN ÚTIL

Nombre:

Teléfono de contacto:

Frecuencia de sondaje.....veces al día.

Tipo LoFric®: *Nelaton* *Femenina* *Pediátrica* *Tiemann*

Tamaño (CH):Color del conector:Longitud:

Código Nacional:.....

Referencia de la sonda:.....

Médico:.....

Enfermera:

Hospital:

Teléfono:

Varios:

.....

LA GAMA LOFRIC®

Sondas hidrofílicas de baja fricción

código nacional	tipo	longitud (cm)	calibre (CH)	referencia
489765	LoFric® Nelaton	40	08	900880
489773	LoFric® Nelaton	40	10	901080
489781	LoFric® Nelaton	40	12	901280
489799	LoFric® Nelaton	40	14	901480
489807	LoFric® Nelaton	40	16	901680
489815	LoFric® Nelaton	40	18	901880
489823	LoFric® Nelaton	40	20	902080
489831	LoFric® Nelaton	40	22	902280
489849	LoFric® Nelaton	40	24	902480
489914	LoFric® Femenino	20	08	940880
489922	LoFric® Femenino	20	10	941080
489930	LoFric® Femenino	20	12	941280
489948	LoFric® Femenino	20	14	941480
489955	LoFric® Femenino	20	16	941680
489963	LoFric® Femenino	20	18	941880
489971	LoFric® Pediátrico	20	06	920680
489989	LoFric® Pediátrico	20	08	920880
489997	LoFric® Pediátrico	20	10	921080
490003	LoFric® Pediátrico 30 cm	30	06	990680
490011	LoFric® Pediátrico 30 cm	30	08	990880
490029	LoFric® Pediátrico 30 cm	30	10	991080
489856	LoFric® Tiemann	40	10	961080
489864	LoFric® Tiemann	40	12	961280
489872	LoFric® Tiemann	40	14	961480
489880	LoFric® Tiemann	40	16	961680
489898	LoFric® Tiemann	40	18	961880
489906	LoFric® Tiemann	40	20	962080

Cajas de 60 unidades en envases individuales esterilizados por óxido de etileno.

Y además...

LoFric® Hydro-Kit™. La sonda LoFric® con agua y bolsa de recogida de orina.
Para situaciones en las que un acceso a un aseo adecuado es difícil o imposible.



ACCESORIOS LOFRIC®

PINZA

Para los que necesitan poder agarrar mejor la sonda.

ESPEJO

Ayuda a la mujer para visualizar mejor el meato.

LOFRIC® - LA SONDA DE BAJA FRICCIÓN SEGURA Y FIABLE



LoFric® tiene una superficie única, que forma una capa de agua que aporta una extraordinaria suavidad. Ha significado una mayor seguridad y un mayor bienestar para los adultos y los niños con problemas de retención de orina desde que la sonda se introdujo en 1983. Hoy en día el sondaje con sondas de un solo uso es un método totalmente aceptado y las ventajas que LoFric® ofrece al usuario se demuestran día a día, año tras año.

LoFric® es un ejemplo de la investigación de Wellspect Healthcare y del desarrollo de productos médicos para mejorar la calidad de vida de los pacientes.

Teléfono gratuito de información:

900.21.11.00



A company in the
AstraZeneca Group

Wellspect Healthcare S.A. C/. Ciencias, 73. Derecha. Nave 9. Polígono Ind. Pedrosa
08908 L'Hospitalet de Llobregat. Barcelona
Tel. 902.101.558, 932.643.560. Fax. 933.363.231. Servicio al cliente
902.101.558. Internet: www.loflic.com