

ALIMENTACION

- Beber abundantes líquidos (2-3 litros diarios)
- Dieta rica en fibra



ACTIVIDAD FISICA

- El ser portador de una sonda vesical no supone ninguna limitación para realizar sus actividades de la vida diaria.



OTRAS RECOMENDACIONES

- Recuerde que las sondas vesicales deben cambiarse en su centro de salud
- Acuda a su centro de salud si:
 - ✓ En caso de salida de la sonda
 - ✓ Si la orina tiene mucho sedimento
 - ✓ Dolor o enrojecimiento de la piel
 - ✓ Si no sale orina



RECOMENDACIONES AL PACIENTE PORTADOR DE SONDA VESICAL



¿QUÉ ES UNA SONDA?

¿QUE ES EL SONDAJE VESICAL?

El Sondaje Vesical consiste en introducir una sonda dentro de la vejiga, para facilitar la salida de la orina retenida por diferentes causas, siendo recogida en una bolsa

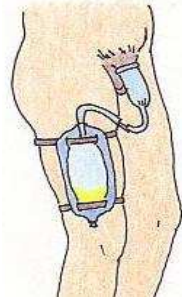
CUIDADOS DE LA SONDA VESICAL

- Lavado de manos



con agua y jabón, antes y después de la manipular la sonda o el recolector.

- Mantener la bolsa recolectora sujeta al muslo y por debajo de la ropa



- En el varón le sugerimos que use calzoncillo tipo Slip de algodón, ya que permite llevar el pene hacia arriba, sacando la sonda por la parte superior del mismo

- Si ha de estar mucho tiempo en la cama, es conveniente fijar la sonda al



abdomen, para evitar lesiones .

- La bolsa debe estar colgada por debajo del nivel del colchón.
- La bolsa recolectora ha de cambiarse cada 8-10 días y vaciarse cada 6 horas, si diuresis escasas o siempre que esté

lleno o un nivel superior a la capacidad total de la bolsa recolectora

RECOMENDACIONES GENERALES

HIGIENE

- Debe ducharse diariamente, NO desconectando la sonda de la bolsa



- Es imprescindible lavado exhaustivo de la zona genital, mínimo dos veces al día con agua y jabón.
- En varones no olvidar retraer el prepucio y secarlo bien, antes de volverlo a su posición.