



Los cuidados de la neovejiga comprenden numerosas actividades que requieren de vigilancia por parte del personal sanitario



1

Este folleto proporciona recomendaciones esenciales para ayudarte en tu recuperación y adaptación a tu nueva condición.

2

Deber ser disciplinad@ en cuanto a los cuidados que requieres a partir de ahora. Es importante que te impliqués.

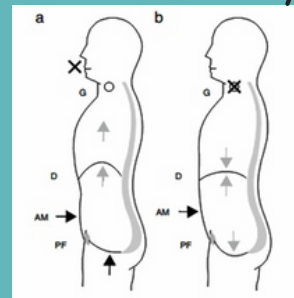
3

Ante cualquier duda acude a tus profesionales sanitarios de referencia. Estamos para cuidar de ti.

SOBRE EL HÁBITO MICCIONAL

1 PAUTA TUS MICCIONES

Es importante que orines sentado cada 2 horas durante el día y cada 3 horas durante la noche durante los primeros 2 meses. Para ello es importante programar una alarma o despertador.



2

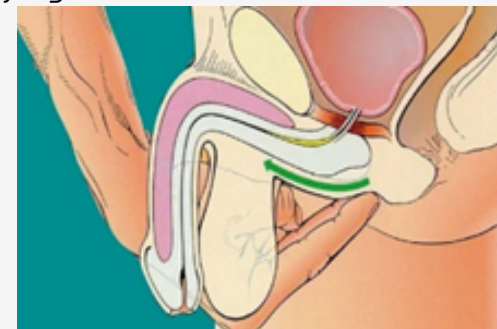
VIGILA TU POSICIÓN AL ORINAR

Cuando vayas al baño, siéntate con la espalda reclinada y la pelvis un poco hacia adelante en el WC. Aplica una ligera presión en el abdomen con las manos (maniobra de Credé) o bien usa los músculos abdominales (Valsalva) para garantizar el vaciado total de la neovejiga.

3

VACIADO MANUAL URETRAL

Después de orinar, asegúrate de vaciar manualmente tu uretra bulbar para evitar la acumulación de moco y/o orina que puede ocurrir después de una cistectomía radical con neovejiga.



4

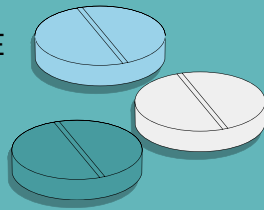
REALIZA LOS EJERCICIOS DE SUELO PÉLVICO

Realiza los ejercicios de suelo pélvico varias veces al día según las recomendaciones que te daremos en la consulta de enfermería. Esto te ayudará a mejorar tu continencia urinaria.

SOBRE EL HÁBITO NUTRICIONAL

Bicarbonato de sodio

TOMA DE 2 A 6 GRAMOS DE BICARBONATO DE SODIO AL DÍA (MEDIA CUCHARADA EN CADA COMIDA) PARA PREVENIR LA ACIDOSIS.



Hidratación



BEBE AL MENOS 1.5-2 LITROS DE AGUA CADA 24 HORAS PARA PREVENIR LA HIPOVOLEMIA Y LA ACIDOSIS

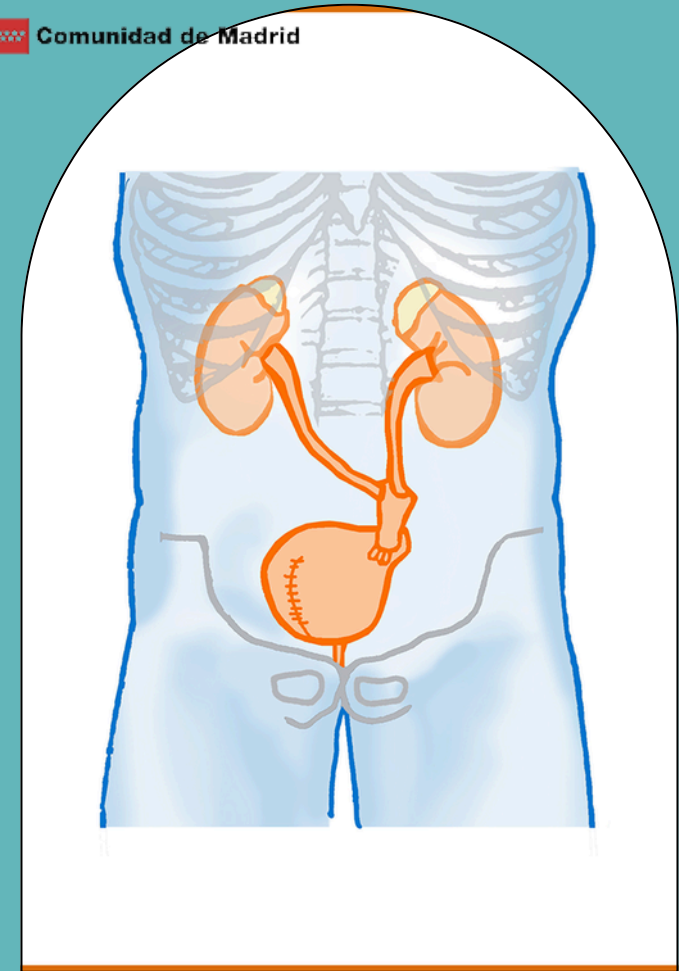
C.E.P. Pedro González Bueno



913 04 07 60



Calle Hermanos García noblejas, 89, San Blas-Canillejas, 28037 Madrid



Recomendaciones a pacientes

NEOVEJIGA