

INCONTINENCIA URINARIA

NOSOTROS SE LO EXPLICAMOS

cerebro*agil*.com

A lo largo del progreso de la enfermedad las dificultades para controlar sus esfínteres pueden tener lugar por varias posibles causas:

Presencia de otras enfermedades concomitantes (infecciones urinarias, prostatitis, etc.)

- El retraso que les supone la ropa, difícil de quitar.
- Ha olvidado dónde está el aseo.
- No relaciona la gana de orinar con la acción de ir al baño. Si esto ocurre, llévele cada dos horas.
- No tiene la coordinación necesaria para sentarse en la taza del water.
- Anda demasiado lento para llegar a tiempo al cuarto de baño. Para solucionar esto puede disponer de un orinal.
- Tiene dificultades para expresar que tiene ganas de ir al baño. Intente saber de qué forma suele expresarlo y comuníquese a otras persona que lo cuiden.

Recomendaciones:

- Si se orina algunas veces en la cama por la noche, evite que beba dos horas antes de acostarse. Coloque una funda impermeable sobre el colchón.
- Si la incontinencia se hace permanente compre pañales para adultos y/o empapadores para la cama.
- El tejido cutáneo es muy sensible a la orina y los excrementos y puede irritarse rápidamente si no se mantiene limpio y seco.
- Puede prevenirse el estreñimiento con una dieta adecuada rica en fibras, líquidos y sólidos. La falta de ejercicio también contribuye a ello: recuerda el valor terapéutico y preventivo de los paseos. Controle si el estreñimiento es un efecto secundario de algún medicamento. Evite, a ser posible, los laxantes; considere el empleo de suavizantes de excrementos o enemas.



PAUTAS PARA
FAMILIARES Y
CUIDADORES

cerebro*agil*.com