HPNA Hospice and Palliative Nurses Association
ADVANCING EXPERT CARE IN SERIOUS ILLNESS

PATIENT / FAMILY TEACHING SHEET

Managing Bladder Incontinence
Manejando la Incontinencia de la Vejiga

What is bladder incontinence?
¿Qué es la Incontinencia de la Vejiga?

- La pérdida de control de vejiga que causa pérdida de orina
- La severidad del problema tiene grados variantes. Algunas personas tienen agujeros pequeños o regates de la orina, mientras otros pierden grandes cantidades de orina.
- Los músculos de la vejiga y los nervios al igual como el cerebro trabajan juntos para controlar la función de la vejiga
  - Un problema en cualquiera de estas áreas puede causar incontinencia
  - Una infección, el estreñimiento e inmovilidad también pueden ser causa
- Orina dejada en la piel puede causar irritación y olor

What can I do to control urinary leakage?
¿Qué se puede hacer para controlar la orina?

- Establezca un modelo regular de orinar
  - Planee usar el baño cada dos horas durante el día
- Haga más fácil usar el baño
  - Use una cómoda al lado de la cama o un urinario
- Proteja la intimidad y dignidad
- Eviten tomar fluidos o comer comidas que contienen cafeína (refrescos, café, té o chocolate)
- Eviten alcohol porque puede estimular la vejiga
- Pregunten a la enfermera sobre lo siguiente:
  - Ejercicios que pueden ayudar a desarrollar el control de orinar
  - Medicinas para mejorar la función de la vejiga

orig. 06 07, rev. 01 09, rev 07 13

What can be done to prevent odor or skin irritation?
¿Qué puede hacer para prevenir la irritación de piel o el olor?

- Conserve la piel limpia y seca
  - Tome más tiempo para lavar y secar el área
  - Hay productos disponibles para ayudar sentirse limpio y eliminar el olor
  - Use cremas protectoras para proteger la piel de la orina
- Use productos protectores para mantenerse seco
  - La enfermera puede ayudarle a seleccionar qué tipo de ropa y productos que son mejor para usted usar
  - Cambie la ropa con frecuencia
- Laven sus manos antes y después del cuidado para ayudar a impedir la infección
- Piden a su enfermera productos para controlar el olor

What to discuss with the hospice and palliative nurse?
¿Que reportar al Equipo?

- Cambios en la función de la vejiga
  - Quemadura, dolor o incomodidad cuando orina
  - Cambios en la cantidad, la frecuencia, el color o el olor de la orina
- Medicinas
  - Muchas medicinas pueden causar incontinencia
- Irritación de piel

Otros consejos disponibles en www.hpna.org.
Other HPNA Teaching Sheets on are available at www.HPNA.org.

Reference

Core Curriculum for the Generalist Hospice and Palliative Nurse. Dubuque, IA: Kendall/Hunt Publishing Company; 2011.

Hospice and Palliative Nursing Assistant Core Curriculum, Pittsburgh, PA: Hospice and Palliative Nurses Association; 2009.

Approved by the HPNA Education Committee, June 2007
Reviewed January 2009, July 2013

orig. 06 07, rev. 01 09, rev 07 13