MÁS INFORMACIÓN EN:

- www.control-incontinencia-urinaria.es
- www.asiasuport.org
- www.control-incontinencia-fecal.es

GUÍA PACIENTE

Si tiene incontinencia urinaria o fecal,
NO ESTÁ SOLO.

Colabora
Medtronic
Further, Together

¿Sabías que alrededor de 10 millones de personas sufren incontinencia en España?

NO ES ESTRICTAMENTE UN PROBLEMA FEMENINO UNA PARTE NORMAL DEL ENVEJECIMIENTO.

Problemas de control vesical

Los problemas de control vesical pueden ser embarazosos y debilitantes. Es posible que tenga escapes de pequeños o grandes volúmenes de orina, que vaya al baño con mucha frecuencia o que no pueda vaciar completamente la vejiga.

Estos trastornos interfieren en su vida y pueden hacer que actividades cotidianas sencillas se conviertan en un desafío y que la vida social resulte muy difícil. Es posible que tenga que renunciar a sus aficiones o dejar de trabajar.

Es posible que se sienta atrapado por el miedo a sufrir accidentes de escape de orina, por la necesidad de estar cerca del baño en todo momento y por una preocupación general por su vejiga.

Diferentes tipos de problemas de control vesical

Con la hiperactividad vesical con incontinencia o la incontinencia urinaria de urgencia, es posible que usted:

- Tenga pérdida de orina en cuanto sienta una fuerte necesidad de orinar.
- Tenga escapes de orina cuando no pueda llegar con la suficiente rapidez a un baño.
- Tenga escapes de orina cuando beba incluso una pequeña cantidad de líquido o cuando oiga o toque agua corriente.

Con la hiperactividad vesical sin incontinencia o la urgencia miccional, es posible que usted:

- Tenga una necesidad imperiosa frecuente e incontrolable de orinar.
- Vaya al baño con mayor frecuencia de la normal (> 7 veces al día).
- A menudo sienta que la vejiga no está completamente vacía incluso después de ir al baño.

Con la retención urinaria, es posible que usted:

- Pase mucho tiempo en el baño, pero únicamente emita un chorro débil de goteo de orina.
- Tenga escapes de orina (que también reciben el nombre de incontinencia por rebosamiento).
- No tenga la sensación de que la vejiga está llena.
- Tenga que usar una sonda para vaciar la vejiga.

Problemas de control intestinal

Los problemas de control intestinal pueden ser embarazosos y debilitantes. Pueden tener una importante repercusión negativa en el estilo de vida, en la salud física y psicológica y provocar depresión, pérdida de confianza y pérdida de autoestima.

Es posible que tenga que renunciar a sus aficiones o dejar de trabajar, que se sienta atrapado por miedo a sufrir accidentes de escapes o que sienta la necesidad de estar cerca del baño en todo momento.

Diferentes tipos de problemas de control intestinal

Con la incontinencia fecal, es posible que usted:

- Tenga escapes de gases involuntarios.
- Manche o ensucie su ropa interior.
- Sienta la necesidad de defecar y que no pueda llegar al baño a tiempo.
- Tenga escapes de heces inadvertidos.

Con el estreñimiento, es posible que usted:

- Tenga deposiciones infrecuentes (< 3 veces a la semana).
- Expulse heces duras y secas.
- Tenga cierta dificultad para defecar.
- A menudo sienta que el recto no está completamente vacío incluso después de ir al baño.

AFECTA A LA CALIDAD DE VIDA DE QUIENES LO PADECEN, CONSULTA A TU MÉDICO, EXISTE TRATAMIENTO