



La salud de la vejiga y los problemas urinarios

Puntos claves

- Beba bastante agua o fluidos antes y después de los días en que recibe farmacoterapia a menos que el médico le haya dicho que restrinja los fluidos.
- Existen pasos que puede dar para ayudar a evitar una infección del tracto urinario (UTI).
- La frecuencia y la urgencia urinarias y la orina turbia son signos de una infección del tracto urinario o UTI. Si cree que es posible que tenga una UTI, llame a su médico inmediatamente.

Después de su infusión, el cuerpo descompone los medicamentos y muchas veces se deshace de ellos al excretarlos en la orina. Los desechos de estos medicamentos descompuestos pueden ser irritantes o dañinos para la vejiga mientras la orina pasa por ella. Pueden causar inflamación y sangrado. Aunque es raro, es posible que la irritación intensa o duradera resulte en daños permanentes. Los daños en la vejiga son más probables en las personas que hayan recibido radiación en el área de la vejiga o la pelvis, que tengan una historia clínica de infecciones persistentes de la vejiga o del tracto urinario o que tengan un recuento bajo de plaquetas.

Las farmacoterapias que frecuentemente causan irritación de la vejiga incluyen:

- ciclofosfamida (Cytoxan®)
- ifosfamida (Ifex®)
- medicamentos que se administran directamente en la vejiga como mitomicina y BCG (bacilo de Calmette-Guerin)

Pregunte a su médico o a los farmacéuticos clínicos acerca de los medicamentos incluidos en su plan de tratamiento. ¿Podrían causar cambios en la orina o en los hábitos urinarios? En tal caso, ¿cuáles síntomas necesita informarle a su médico?

Formas de prevenir o manejar los problemas urinarios

Su equipo de salud tomará medidas para prevenir la irritación y los daños de la vejiga, tales como:

- darle fluidos adicionales por vía IV (intravenosa)
- darle un medicamento que se llama Mesna® (uromitexán) que protege la vejiga
- controlar cualquier sangrado de la vejiga que ocurra

Lo que Ud. puede hacer

- ✓ **¡Beba!** Los días del tratamiento, beba fluidos adicionales antes de ir y durante por lo menos 24 horas después. Querrá mantener la orina de color amarillo claro o transparente. Beba 2-3 litros de fluido diariamente – preferiblemente agua – a menos que el médico le restrinja los fluidos. Evite las cosas que pueden empeorar los problemas de la vejiga como cafeína, alcohol, alimentos picantes y productos de tabaco.
- ✓ **Prevenga las infecciones urinarias.** Pregunte a su enfermero o médico por maneras en que puede bajar su riesgo de una infección del tracto urinario (UTI). Las mujeres y los ancianos corren mayor riesgo. A una persona que esté recibiendo farmacoterapia para cáncer, una UTI debe tratarse inmediatamente porque se puede volver un problema muy grave. A continuación, se dan algunas sugerencias para evitar contraer una UTI.
 - No se aguante para orinar – vaya al excusado frecuentemente.
 - Use pantalones no ajustados y ropa interior de algodón. Evite las pantimedias.
 - Dúchese en vez de bañarse en la tina.
 - Cuando vaya al excusado, límpiense de frente hacia atrás. Límpiense con agua y jabón, de ser posible.
 - Averigüe con su enfermero antes de usar cualquier producto cerca de los genitales (talco, cremas y lociones).
 - Si tiene una sonda, aprenda a usarla de forma segura para no contraer una infección.



Síntomas de un problema de la vejiga o urinario

- Dolor o ardor al orinar
- Orina turbia o de color rojizo/oxidado
- Necesidad de orinar a menudo (frecuencia)
- Necesidad intensa de orinar (urgencia)
- Dificultad para vaciar completamente la vejiga
- Dolor por arriba de la vejiga y/o en el área pélvica
- Espasmos o retorcijones de la vejiga

Preguntas para su médico

- ¿De cuáles síntomas o problemas le debo informar?
- ¿Cuáles pasos puedo dar para sentirme mejor?
- ¿Cuánto debería beber cada día? ¿Qué debería beber?
- ¿Cuáles alimentos y bebidas debería evitar?