

Consejos para controlar la dificultad para orinar



Algunas cosas que usted puede hacer por su cuenta

- Beba al menos de 6 a 8 tazas de líquidos, como agua, por día.
- Evite la cafeína, el alcohol, las comidas picantes y los productos de tabaco.
- Use ropa holgada y ropa interior de algodón para prevenir las infecciones del tracto urinario (UTI, por sus siglas en inglés).
- Use toallas higiénicas absorbentes dentro de la ropa interior.



Con la ayuda de su equipo de atención médica

Pregunte a su equipo de atención médica sobre medicamentos con receta. Es posible que le receten medicamentos para ayudar a relajar los músculos de la vejiga, como:

- Inyecciones de toxina botulínica tipo A (Botox, Dysport)
- Tamsulosina (Flomax)
- Oxibutinina (Ditropan XL)



Cuándo debe llamar a su equipo de atención médica para solicitar ayuda

- Si tiene sangre en la orina
- Si tiene orina turbia o con mal olor
- Si siente que necesita orinar después de ir al baño
- Si tiene dolor o ardor al orinar
- Si siente que necesita orinar con urgencia o con frecuencia
- Si tiene dolor en la espalda o en la zona abdominal
- Si tiene una fiebre de 100.4 °F (38 °C) o más
- Si tiene escalofríos o cansancio
- Si tiene antecedentes de infecciones urinarias (UTI) o infecciones por hongos con regularidad



Para obtener más información y apoyo, visite el sitio web de la American Cancer Society en: cancer.org/incontinencia-urinaria o llámenos al: **1-800-227-2345**. Estamos aquí cuando usted nos necesite.