

INTERSTITIAL CYSTITIS/BLADDER PAIN SYNDROME

Patient Fact Sheet

Introducción

Su proveedor le ha dicho que usted padece una afección comúnmente conocida como Cistitis Intersticial o “CI”. El nuevo término es Síndrome de Dolor de la Vejiga (SDV), ya que el síndrome se presenta con síntomas que a menudo están presentes por cuanto menos 6 semanas. Muchas mujeres y hombres con CI o SDV tienen urgencia frecuente de vaciar la vejiga muchas veces más que el promedio de 8 veces al día, y pueden orinar en pequeñas cantidades hasta 50 veces en un periodo de 24 horas. CI o SDV no son causados por ninguna bacteria, así que no se resuelven tomando antibióticos. Las investigaciones recientes nos muestran que hay 2 sub-clases de CI o SDV. El 1er grupo presenta úlceras verdaderas o lesiones de Hunner en su vejiga. Cerca del 10 al 15% de estos pacientes tienen CI o SDV, y el otro grupo presenta síntomas que a menudo están relacionados con espasmos musculares del piso pélvico y alteraciones en los nervios que causan los síntomas actuales. Este 2o grupo comprende el 85% de la población diagnosticada con CI/SDV. A menudo, el tipo que causa úlceras ocurre en personas mayores de 40 años de edad, mientras el segundo grupo está compuesto de personas más jóvenes a quienes les vienen los síntomas. Es importante saber a qué grupo pertenece usted para que se le ordene el tratamiento apropiado.

Entre los síntomas que quizás usted note figuran:

- La sensación de que la vejiga necesita vaciarse pronto, aun después de haber orinado- a esto se le llama “urgencia”.
- Estar vaciando la vejiga cada 10 a 20 minutos-esto se llama “frecuencia”.
- Orinar frecuentemente, pero sólo pequeñas cantidades de orina, aun tomando cantidades adecuadas de líquido (por lo menos 48oz por día).
- Despertar más de 2 veces por noche con una gran necesidad de vaciar la vejiga.
- Dull to sharp to burning sensations/discomfort/pain over the bladder and into the genitalia (private area of the body)
- Si sus síntomas empeoran después de comer alimentos con especias o acidosos, algunos vinos y cafeína.
- Si sus síntomas empeoran con el ejercicio, o con brotes de alergias por el ambiente.

Las señales que su proveedor podría encontrar al examinarlo

- Sangre en la orina, vista a través del microscopio.
- Pequeñas áreas con sangre o úlceras en la pared de la vejiga que se ven cuando se le revisa la vejiga con una lente (cistoscopia).
- Vejiga con poca capacidad: esto se determina con un Diario de la Vejiga, ultrasonido, u otras pruebas. La vejiga normal de un adulto retiene aproximadamente 500 a 700ml. Las personas a menudo tendrían las ganas de orinar después de haber tomado 2 vasos de líquido.
- Dolor durante un examen cuando los músculos del piso pélvico (músculos levadores) se tocan en diferentes áreas

Tratamientos

El tratamiento debe dirigirse al tipo de CI/SDV que usted tenga.

Para el 85% de la gente con espasmos en los músculos del piso pélvico y alteraciones nerviosas junto con el dolor de la vejiga:

- La terapia física para liberar los músculos con espasmos es la primera línea de terapia (¡No Kegels!)
- Imágenes guiadas, yoga ligera, técnicas de relajación calor / frío y la reducción del estrés son clave para los dos grupos con CI y SDV.

For both groups of IC / BPS:

- Hay medicinas disponibles para aliviar los síntomas
- Una variedad de medicinas podrían regular los nervios y ayudar a aliviar el dolor.
- Recomendaciones para controlar la CI o el SDV podrían ayudar y están disponibles en los siguientes sitios (www.ic-network.com o www.ichelp.org)
- Puede ayudar una dieta para CI / SDV— disponible en los sitios en la red de ICA o ICN

Para aquellos que tienen casos que causan úlcera por CI / SDV, (10-15% de las personas diagnosticadas):

- Las medicinas pueden ayudar a sanar la pared interna de la vejiga. Pueden tomar hasta 6 meses para que funcionen.
- Unacirugía como paciente ambulatorio para corregir las áreas ulceradas de la vejiga puede ayudar siempre que la realice un experto en la materia.

Prevención:

Los investigadores aún siguen trabajando en esto. Tome suficiente líquido. Limite el estrés. Observe la tensión de los músculos pélvicos o el dolor desde temprano y busque tratamiento pronto.

This material is for educational purposes only and should in no way be taken to be the practice or provision of medical, nursing or professional healthcare advice or services. The information should not be used in place of a visit, call, consultation or advice of your physician, nurse or other health care provider. The information obtained herein is not exhaustive and does not cover all aspects of the specific disease, ailment, physical condition or their treatments. Should you have any health care related questions, please call or see your physician, nurse or other health care provider promptly.

The Society of Urologic Nurses and Associates is a professional organization committed to excellence in evidence-based clinical practice, research, and education of its members, patients, families, and the community.



For more information, contact:

Society of Urologic Nurses and Associates
East Holly Avenue Box 56
Pitman, NJ 08071-0056
Phone 888-TAP-SUNA or 856-256-2335
suna@ajj.com
www.suna.org