

Coloplast desarrolla productos y servicios para facilitar la vida de las personas con necesidades especiales.

Trabajando cerca de las personas que utilizan nuestros productos, desarrollamos soluciones que se adaptan a sus necesidades.

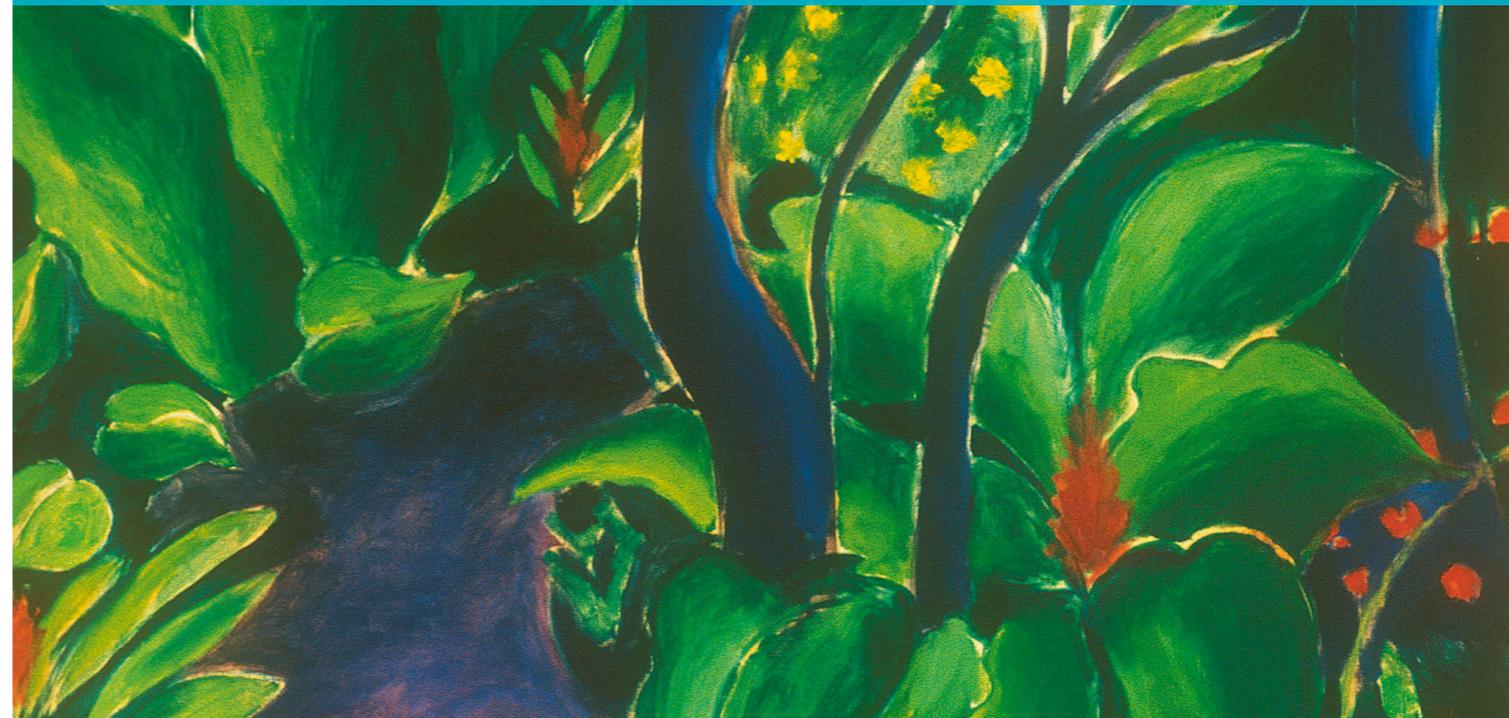
Nuestro negocio incluye el cuidado de la ostomía, urología, cuidado de la continencia, así como de las heridas y de la piel.

Operamos a nivel mundial y tenemos más de 8.000 empleados.



Manual práctico

Una ayuda para personas con una nefrostomía y sus familiares



En Coloplast hemos creado el programa **P.A.C.E** con la intención de ayudar a personas portadoras de una ostomía y a sus familiares, suministrándoles una serie de elementos informativos y materiales que les faciliten el cuidado de su estoma y consecuentemente la vuelta a una vida normal.

Esta guía forma parte del denominado **“Kit para el alta hospitalaria”** y su misión es darle información sobre muchas cuestiones que se le plantearán a la hora de salir del hospital.

Debe saber que la nefrostomía percutánea es una intervención que se realiza con cierta frecuencia. En España existe un gran número de personas en esa misma situación y en su mayoría siguen haciendo una vida normal.

Con toda seguridad, su médico y los profesionales de enfermería que le han atendido, le han resuelto ya la mayoría de sus dudas. No obstante, y debido a que a partir de ahora Ud. va a ser autónomo/a, pueden surgirle nuevas preguntas por lo que esperamos que con la lectura de este sencillo manual obtenga las respuestas para la mayoría de ellas. Le aconsejamos que lo lea de manera pausada y no trate de asimilar toda la información de un tiempo sino poco a poco. El hecho de estar bien informado le ayudará a manejarse con la soltura y naturalidad necesarias para reintegrarse cuanto antes a su vida cotidiana.

Es importante que valore positivamente las razones por las que ahora es usted portador de una nefrostomía, siendo la fundamental el evitar posibles daños en el riñón por acúmulo de orina.

Piense que nunca va a estar solo y que una vez que le hayan dado de alta, Ud. podrá consultar todo lo que precise sobre su nefrostomía con los profesionales sanitarios que le hagan el seguimiento de su estado de salud.

No obstante le informamos que dentro del programa **P.A.C.E** existe un **“Kit de viaje”** que incluye una serie de materiales que le pueden resultar de utilidad cuando hayan pasado las primeras semanas en su domicilio. **Puede solicitar este kit, totalmente gratuito**, enviándonos el cupón que encontrará dentro del kit que le entregaron en el hospital o pidiendo dicho cupón en el número de teléfono gratuito **900210474 Coloplast Directo**.

En **Coloplast Directo** además le podremos asesorar sobre cualquier tema que precise ya que contamos con un equipo de profesionales sanitarios con amplia experiencia en el cuidado de las nefrostomías que le darán una solución personalizada sobre su caso en concreto.

La guía que acaba de leer incluye los aspectos básicos sobre el cuidado de su nefrostomía y la vuelta a las actividades cotidianas.

Dentro del programa **P.A.C.E.**, hemos elaborado un **“Kit de viaje”** que incluye los siguientes elementos:

- Neceser.
- Tijeras especiales.
- Toallitas limpiadoras.
- Pasaporte de Ostomía.

Este Kit lo puede solicitar gratuitamente enviándonos el cupón que le adjuntamos.



| | |
|---|----|
| 1. Conceptos básicos | 4 |
| A. ¿Cómo funciona el aparato urinario? | 4 |
| B. ¿Qué es una nefrostomía? | 6 |
| 2. Los cuidados del catéter de nefrostomía | 7 |
| A. Materiales que hay que utilizar | 7 |
| B. Cómo se coloca el dispositivo | 10 |
| C. Otros accesorios | 14 |
| D. Cómo prevenir y solucionar problemas cutáneos | 17 |
| 3. La dieta | 18 |
| 4. ¿Y después del alta qué? | 20 |

Conceptos básicos

A. ¿Cómo funciona el aparato urinario?

Antes de entrar en detalles sobre lo que es una nefrostomía, debemos comprender lo qué es el aparato urinario y cómo funciona. Para ello vamos a hacer un breve repaso de cómo son y cuál es la misión de cada uno de los órganos que lo componen.

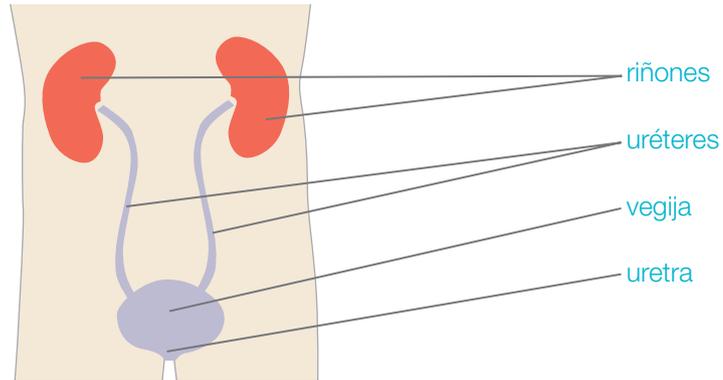
Los diferentes órganos que componen el aparato urinario son: los riñones, los uréteres, la vejiga y la uretra.

El riñón es el órgano fundamental del aparato urinario y su principal función es la formación y secreción de la orina una vez que la sangre ha sido filtrada y depurada de los elementos nocivos producidos en el metabolismo. La orina se compone fundamentalmente de agua, llevando en disolución diferentes sustancias resultantes del metabolismo como son la urea, creatinina, el ácido úrico, etc. Diariamente nuestro organismo elimina de 1 a 1,5 litros de orina, según la ingesta de líquidos.

Una vez que se ha producido la orina, ésta es conducida desde los riñones hasta la vejiga a través de los uréteres. La vejiga es un órgano hueco cuya misión es almacenar la orina hasta el momento de su evacuación a través de un conducto único llamado uretra.

Los riñones están produciendo orina continuamente que se va almacenando en la vejiga. El vertido al exterior de la misma se produce cuando el individuo voluntariamente lo decide. Este hecho, que recibe el nombre de micción, es posible gracias a la existencia de unos esfínteres en la uretra. Así, cuando se produce el reflejo de la micción, se contrae el músculo de la vejiga y se relajan los esfínteres para que la orina pueda salir al exterior.

La cantidad de orina producida por un individuo sano es aproximadamente entre 1 y 1.5 litros al día. Es importante que observe durante un tiempo la cantidad de orina que drena y las características de la misma. Esto le servirá de referente para detectar de forma precoz posibles problemas en la producción de orina. Si esto ocurriera debe comentárselo a su médico.



B. ¿Qué es una nefrostomía?

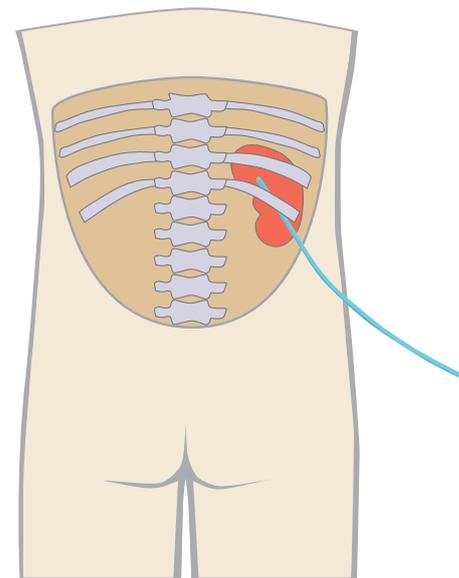
La palabra “estoma” es de origen griego y significa boca o abertura. Un estoma es la salida artificial que se le da a un órgano o víscera en un punto diferente al orificio natural de excreción. En el caso del aparato urinario, se trata de un nuevo camino para la salida de la orina, que ya no será evacuada por la uretra o, al menos, no en su totalidad.

Una nefrostomía es un tipo de ostomía urinaria que consiste en la derivación de la orina desde un riñón o ambos riñones a la piel, a través de una sonda o catéter. El catéter quedará alojado en el riñón y fijado al mismo para impedir su salida accidental.

Es importante tener en cuenta que en las nefrostomías no se modifica la función del riñón, sólo se desvía el curso normal de la orina.

Esta técnica es muy utilizada desde hace bastante tiempo. Los adelantos técnicos, tanto en la colocación como en el mantenimiento del catéter, han facilitado el hecho de que hoy en día sea la primera elección del médico en la resolución de muchos problemas que afectan, en mayor o menor medida, a la evacuación de la orina formada por el riñón.

Las causas que hacen necesaria la nefrostomía pueden ser variadas, siendo la más frecuente la obstrucción de la vía natural por la que fluye la orina (el uréter). En función de la causa, su médico decidirá el tiempo necesario de permanencia de la nefrostomía.



Los cuidados de la nefrostomía

A. Materiales que debe utilizar

Durante el tiempo en que Ud. sea portador de la nefrostomía, tendrá que llevar un dispositivo colector, comúnmente llamado bolsa de urostomía, para recoger la orina que sale por el catéter. La tendrá que llevar siempre, hasta la resolución definitiva de su problema, por lo que ésta formará parte de su vestuario como si fuera una pieza más de su ropa interior.

Afortunadamente los dispositivos han evolucionado muchísimo en los últimos 10 años y en la actualidad contamos con unos materiales muy avanzados.

Las bolsas están formadas por dos elementos diferentes: el adhesivo que se pega a la piel y la bolsa para recoger la orina propiamente dicha.

La piel que rodea el catéter se debe mantener siempre íntegra, en un estado saludable ya que de eso va a depender su bienestar. La barrera que impide la irritación por el contacto con la orina es el adhesivo de la bolsa propiamente dicho. Aunque a Ud. le parezca mentira, estos adhesivos además de pegar cuidan la piel ya que llevan en su composición unas sustancias que la miman y protegen evitando que se irrite. Por este motivo Ud. deberá ajustar en la medida de lo posible el adhesivo al punto de salida del catéter.

Todas las bolsas de urostomía constan de una válvula de vaciado con tapón y una válvula anti-reflujo. La primera de ellas es un pequeño grifo, que permite vaciarlas cada vez que estén llenas. La válvula anti-reflujo permite el paso de la orina hacia abajo pero impide que la orina retorne, evitando así posibles infecciones.

Existen dos tipos de bolsas de urostomía:

Bolsas de 1 pieza

También denominados dispositivos únicos, tienen el adhesivo unido a la bolsa colectora formando un solo elemento que se coloca directamente sobre la piel y se retira en conjunto en cada cambio. Con la utilización de estas bolsas se conseguirá una gran discreción, ya que son muy flexibles y no abultan nada. El tiempo de permanencia en la piel de estas bolsas es de 24 horas por término medio.

Estos dispositivos suelen utilizarse cuando la piel que rodea al catéter es capaz de aguantar sin irritarse el cambio frecuente de adhesivo y se quiera utilizar un dispositivo discreto y flexible.



Bolsas de 3 piezas

También denominados dispositivos múltiples, están formados por dos elementos por separado: el adhesivo y la bolsa que se aseguran entre sí a través de un tercer elemento que es el aro de cierre o clipper. El adhesivo de estos sistemas se puede dejar pegado a la piel 3 o 4 días, mientras que la bolsa se cambiará en función de las necesidades de cada uno (las bolsas se suelen cambiar 1 vez al día).

Este dispositivo se deberá utilizar siempre que el factor primordial sea la protección cutánea y el cambio de adhesivo deba realizarse con escasa frecuencia. Abultan un poco más que los dispositivos únicos, pero a cambio, tienen la ventaja de que el sellado de la piel está garantizado durante varios días.



Tanto las bolsas de 1 pieza como las de 3 piezas se deben vaciar cada 3 ó 4 horas. Para ello habrá que quitar el tapón de la válvula de vaciado. Un truco para no mancharse al abrir la válvula es voltearla hacia arriba antes de abrir el tapón y luego ir poniéndola hacia abajo, poco a poco para que salga la orina.



Bolsa de drenaje nocturno

Por la noche, y con el fin de asegurar un descanso ininterrumpido sin necesidad de vaciar la bolsa con tanta frecuencia, se puede utilizar como accesorio una bolsa de drenaje nocturno, con capacidad de 2 litros, que se conecta a la válvula de vaciado de la bolsa de urostomía. Esta bolsa de drenaje se colgará de un gancho en el lateral de la cama, procurando que quede siempre por debajo de la bolsa de urostomía para así facilitar el flujo de la orina.



Bolsa de pierna

Para ampliar la capacidad de recogida durante el día, existen unas bolsas adaptables a la pierna, con una capacidad entre 600-800 ml, que se conectan a la válvula de vaciado de la bolsa de urostomía. El uso de estas bolsas le dará una mayor independencia en determinadas ocasiones, como son viajes, trabajo...



Consejos

- Recuerde que la bolsa que elija le debe aportar una gran seguridad pero a la vez debe proteger su piel. Es fundamental que el adhesivo de la bolsa elegida se ajuste lo máximo posible al catéter.
- Le aconsejamos que dado que existen multitud de dispositivos, busque el asesoramiento de un profesional sanitario. El/ella será quién mejor le aconseje sobre el dispositivo más adecuado para Ud.

B. ¿Cómo se coloca el dispositivo?

Como ya hemos dicho, la salida de la orina se produce de forma continuada, por lo que hay que pensar que la primera hora de la mañana antes del desayuno es el momento donde el volumen de orina que sale es menor (dado que en la noche no suelen tomarse líquidos). Por esta razón, éste será el momento del día más adecuado para cambiarse el dispositivo.

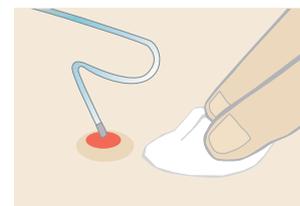
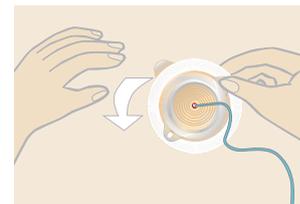
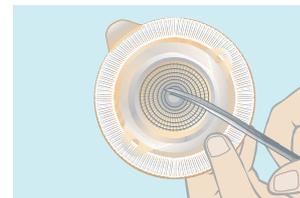
Al principio las maniobras para el cambio del dispositivo pueden resultar algo engorrosas para realizarlas Ud. mismo. Es conveniente que alguien adiestrado en ello le acompañe y ayude durante los primeros días.

Los pasos que debe seguir para el cambio del dispositivo son los siguientes:

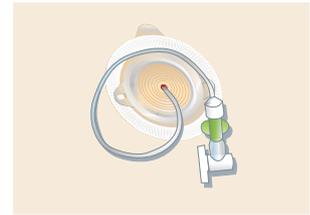
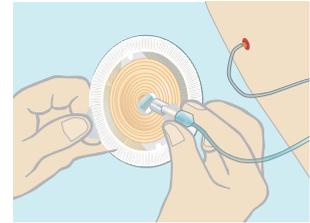
- Lávese las manos antes y después del cambio del dispositivo para prevenir posibles infecciones.



- Prepare todo el material necesario, antes de comenzar el cambio de dispositivo. Si utiliza un dispositivo de 1 pieza o si utiliza un dispositivo de 3 piezas y tiene que cambiar el disco, debe recortar el adhesivo previamente. Es importante que el orificio sea sólo el necesario para el paso del catéter. Así conseguimos la menor zona de piel en contacto con la orina (entre 15 y 20 mm suele ser suficiente). Un buen truco es recortar sólo una pequeña parte del círculo central del disco, la suficiente para permitir el paso de la llave que lleva el catéter.
- Vacíe la bolsa usada en el inodoro y despegue el adhesivo de la piel suavemente de arriba abajo. Esta operación se debe hacer poco a poco, sujetando la piel con una mano para no dar tirones y cuidando de no tirar del catéter. Recuerde que es muy probable que el catéter esté anudado con un punto de fijación a la piel para evitar su salida accidental, por ello procure no dar tirones al movilizarlo.
- Limpie la piel de alrededor del estoma suavemente con agua y jabón neutro, haciendo movimientos circulares de fuera hacia dentro. Es conveniente que aplique algún desinfectante en la zona del punto de punción. A continuación debe secarla perfectamente con una gasa a toquecitos, evitando frotar bruscamente.



- Retire el film transparente que protege el adhesivo e introduzca la punta del catéter por el orificio que hemos recortado previamente. Seguidamente adhiera el adhesivo a la piel procurando dejar el catéter justo en el centro del orificio del disco. Es mejor si lo hace empezando de abajo a arriba. Durante esta operación la piel debe estar bien seca. La posición ideal para la maniobra es sentado o bien acostado del lado contrario a donde esté insertado el catéter.
- Si usa un dispositivo de 3 piezas, una vez colocado el disco adhesivo debe adaptar la bolsa sobre el aro de enganche del mismo una vez enrollado el catéter en la parte superior de la bolsa y alojando su extremo en uno de los laterales superiores de la misma. A continuación cierre el clipper presionado sobre sus extremos hasta oír un “click”. En caso de que el hilo que anuda el catéter tenga los cabos largos, es conveniente que los “pise” a ambos lados entre el disco y la bolsa. Recuerde que deberá cambiar su bolsa diariamente y el disco cada 3-4 días.
- Ponga el dispositivo usado en una bolsa de plástico y deséchelo en la basura. Por último no olvide lavar sus manos.



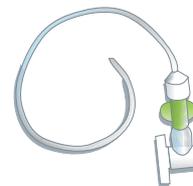
Consejos

- Si no tiene problemas vaya a revisión con su enfermera al menos cada 2-3 semanas
- Es muy importante que vigile la salida continua de orina por el catéter.
- Controle el punto de unión del hilo con la piel. Un defectuoso cuidado puede ocasionar irritaciones en la zona.
- En caso de tener algún problema con la piel, hágaselo revisar por su enfermera, al menos cada 7-10 días.
- Si existiera vello alrededor del estoma, córtelo con tijeras, nunca con maquinilla.
- Si tiene que realizar el cambio de bolsa fuera de casa, y no dispone de agua y jabón, puede utilizar unas toallitas limpiadoras específicas para ostomías y secarse con un pañuelo de papel.

Recuerde que

Debe acudir a su centro de Salud y si esto no fuera posible, al Servicio de urgencias del Hospital, en las siguientes situaciones:

- Si deja de salir orina por el catéter o la cantidad disminuye de manera importante.
- Si nota dolor en la zona del riñón.
- Si la orina se vuelve turbia, blanquecina o roja.
- Si se sale el catéter o ahora lo ve más largo que antes.
- Si se sueltan los puntos que lo fijan a la piel.
- Si presenta fiebre.



C. Otros accesorios

Brava® Spray Barrera Cutánea

Indicado para la protección de la piel de efluentes y adhesivos. Se seca en segundos. Con silicona. No escuece.



Brava® Toallitas Barrera Cutánea

Indicado para la protección de la piel de efluentes y adhesivos. Se seca en segundos. Con silicona. No escuece.



Brava® Polvos para Ostomía

Protección para la piel periestomal ligeramente irritada. Tienen una excelente capacidad de absorción, reduciendo la humedad que pudiese interferir con el adhesivo de la placa base. Reducen la irritación de la piel. Dispone de un cómodo envase, fácil de usar al estar provisto de un gran orificio que permite una dispensación óptima y previene la obstrucción.



Brava® Placas autoadhesivas

Protección efectiva de la piel periestomal. Proporciona una superficie lisa para una mejor adherencia del dispositivo colector. Es fácil de aplicar alrededor del estoma.



Brava® Crema Barrera Cutánea

Crema indicada para la protección de la piel expuesta al efluente intestinal y orina. Calma la piel irritada. Hidrata la piel.



Brava® Resina Moldeable en tiras

Se adapta y sella la zona periestomal protegiéndola de agentes agresores externos. No contiene alcohol, se puede aplicar sobre todo tipo de piel. Máxima higiene, presentación en blister individuales.



Coloplast® Pasta

Crea un sellado efectivo alrededor del estoma que protege la piel frente al contacto con el efluente. Absorbe el exceso de humedad de la piel periestomal y minimiza el riesgo de maceración.



Brava® Anillo Moldeable

Garantiza el sellado eficaz alrededor del estoma evitando fugas de efluente. Fácil de manejar, moldear y aplicar. No escuece.



Brava® Spray para eliminar Adhesivos

Indicado para la retirada fácil de restos de adhesivos. Se seca en segundos y no deja restos. Con silicona. No escuece.



Brava® Toallitas para eliminar Adhesivos

Toallitas para eliminar adhesivos. Indicado para la retirada fácil de restos de adhesivos. Se seca en segundos y no deja restos. Con silicona. No escuece.



Brava® Cinturón

Cinturón. Proporciona una seguridad adicional y se puede adaptar a todos los discos Coloplast.



Conveen® Protact

Crema barrera. Indicada en el tratamiento de las irritaciones cutáneas leves.



Conveen® Critic Barrier

Crema barrera. Crema barrera indicada en el tratamiento de las irritaciones cutáneas severas.

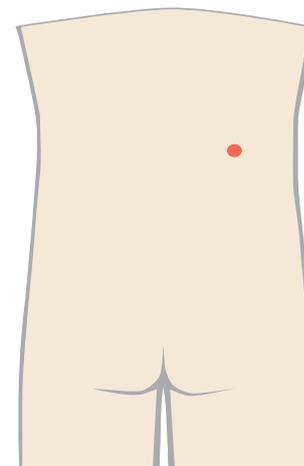


D. Cómo prevenir y solucionar problemas cutáneos

Como hemos dicho, la salud de la piel de alrededor del estoma es sumamente importante ya que nos va a garantizar el buen sellado de los adhesivos y por lo tanto la seguridad frente a posibles fugas. Si seguimos las normas higiénicas y de colocación explicadas, la piel no tiene porqué irritarse. No obstante este es un problema frecuente por lo que conviene saber qué hacer en caso que se produzca.

La regla de oro para mantener la piel saludable es no traumatizarla ni física ni químicamente. Físicamente significa no raspar, no frotar, despegar los adhesivos con suma delicadeza, cortar el vello con tijeras... Químicamente significa no usar detergentes, ni alcohol, ni permitir que la orina permanezca durante mucho tiempo en contacto con ella.

Cuando la irritación ya se ha producido, se pueden utilizar cremas barrera para curarla, pero lo más importante es que el dispositivo que usemos asegure el reposo de la piel, sellando correctamente la zona que rodea al catéter y evitando su contacto con la orina. Un sistema múltiple, bien ajustado e incluso sellado con alguna pasta o resina moldeable, donde el disco adhesivo pueda permanecer varios días pegado a la piel, suele ser suficiente para curar la irritación cutánea y si a pesar de haber elegido un sistema de este tipo, Ud. sigue teniendo la piel irritada, puede ser que el disco no se le ajusta bien por la existencia de un pliegue, hundimiento, etc. que provoque la filtración de la orina. En este caso es mejor que le asesore un profesional sanitario que decidirá que dispositivo se le adapta mejor.



La dieta

En realidad las personas portadoras de nefrostomías no tienen que modificar su dieta, ni requieren comer cosas especiales. Como cualquier otro individuo deben llevar una dieta sana y equilibrada donde estén presentes los diferentes principios inmediatos, sales minerales y vitaminas necesarias para el equilibrio del organismo.

Se debe tomar la precaución de reponer los líquidos perdidos por el organismo para facilitar la función de los riñones. Para ello es preciso que el volumen de agua y líquidos de la dieta normal sea al menos de 1,5 a 2 litros diarios. Tener en cuenta que esta cantidad no sólo debe ser de agua sino que también se pueden tomar zumos, infusiones, caldos, etc.

Asimismo se recomienda tomar fruta y zumos ricos en Vitamina C. La razón es que esta vitamina produce orinas ácidas y ello disminuye las posibilidades de infección y mal olor en la orina. Entre las frutas que contienen mucha vitamina C se encuentran las naranjas, pomelos, kiwis, fresas, arándanos... El tomar estas frutas o sus zumos con regularidad tras una urostomía será una buena práctica que nos asegurará la ausencia de infección en la orina.

Hay algunos alimentos, como algunos pescados y los espárragos que producen un fuerte olor en la orina. También es importante saber que algunas sustancias pueden alterar el color de la orina, ya que el desconocimiento de esta situación podría ser alarmante. Es el caso de algunas vitaminas y colorantes que pueden ingerirse en forma de fármacos o alimentos.



Las recomendaciones generales que son saludables para una buena alimentación tras una urostomía son las siguientes:

- Comer una dieta variada donde estén presentes todos los alimentos.
- Es muy importante comer despacio y masticar bien los alimentos.
- Beber agua y líquidos en abundancia y de forma regular.
- Cenar al menos 3 horas antes de irse a la cama.
- Evitar una ingesta copiosa que provoque aumentos de peso excesivos.
- Tomar mucha fruta y zumos (o licuados) ricos en vitamina C como son los zumos de naranja, fresas, arándanos, kiwis...



¿Y después del alta qué?

Cuando Ud. esté totalmente recuperado, su médico le dará el alta hospitalaria. Para los primeros días después del alta, en el hospital le darán muestras de productos en cantidad suficiente. Así mismo le darán un informe para que entregue al Médico de Familia de su centro de salud donde se especifica la intervención que se le ha realizado y los dispositivos que tendrá que utilizar.

A partir de ese momento, para conseguir las recetas de los dispositivos, Ud. deberá ir al centro de salud donde su Médico de Familia se las emitirá sin problemas.

Los dispositivos de urostomía se dispensan en Farmacia mediante la receta correspondiente que deberá emitir su Médico de Familia. Dichos dispositivos están cubiertos por la Seguridad Social y son de “aportación reducida” lo cual quiere decir:

- Si Ud. está jubilado le serán totalmente gratuitos, una vez superado el tope de aportaciones mensuales que dependerá de su TSI (Tarjeta Sanitaria Individual), y en base a la regulación de la aportación económica para las prestaciones sanitarias.
- Si Ud. sigue en activo o es jubilado pero ese mes no ha superado el tope de aportación tendrá que pagar solamente un 10 % del precio del producto, hasta una cantidad máxima de 4,26 Euros.
Le pondremos dos ejemplos:
 - Si el precio del producto que Ud. utiliza es 71,13 Euros, Ud. tendrá que pagar en la farmacia solamente 4,26 Euros aunque el 10% sean de 7,11 Euros, ya que supera el mínimo permitido de aportación.
 - Si el precio del producto que Ud. utiliza es 18,28 Euros, Ud. tendrá que pagar en la farmacia 1,82 Euros (10%).

A partir de este momento, su vida puede ser similar a la que tenía antes de que se le practicara la nefrostomía.

Por supuesto deberá introducir las modificaciones en su higiene personal que ya hemos explicado y tendrá que acostumbrarse a la utilización de los dispositivos colectores como parte de su rutina, durante el tiempo en que Ud. sea portador de la nefrostomía. Aparte de esto, el tipo de vida que Ud. realice depende en definitiva de Ud. mismo, de sus gustos y de sus aficiones ya que su nefrostomía no limitará su movilidad.

Hay que tener en cuenta que la nefrostomía es la solución temporal a un problema de salud importante. Debido a la enfermedad, muchas personas pueden pasar por un periodo de aflicción y duelo. Las personas lloran la pérdida de si mismos como una persona saludable lo que supone la experimentación de tristeza, miedo, ira, periodos de llanto... La aflicción es una reacción normal y saludable ante la noticia de cualquier problema de salud.

El hecho de ser portadores de una nefrostomía, puede crear al principio una gran incertidumbre en cuanto al tipo de vida y actividades que va a poder llevar a cabo (¿podré seguir trabajando?, ¿seguiré saliendo con mis amigos?, ¿podré ser capaz de soportar esto?, ¿podré irme de vacaciones?, etc.). Tal incertidumbre puede llegar a producir mucha angustia. Por ello es muy importante que Ud. hable con su médico y los profesionales de enfermería que le atienden para despejar todas las dudas e inquietudes en lo que respecta a la nefrostomía y la influencia de ésta en su vida. De esta forma se reducirá la angustia que se genera al principio del proceso. Sin duda, es beneficioso que cuanto antes compruebe que esta situación no le incapacita para llevar una vida normal.

Podrá Ud. seguir vistiendo como lo hacía antes, ya que hoy en día los dispositivos son bastante discretos por lo que no se notan bajo la ropa normal, con la única precaución de elegir ropa que no comprima el dispositivo.

De igual manera no hay ningún inconveniente para que Ud. salga a pasear, al cine, al teatro, a museos, a visitar a amigos o familiares, a cenar, etc. No debe preocuparse por nada ya que los dispositivos modernos para nefrostomías

aportan una gran seguridad ante las fugas y están hechos de un material silencioso y a prueba de olores por lo que Ud. podrá realizar actividades de tipo social con toda normalidad.

Podrá viajar en avión, coche, tren... Simplemente recuerde llevar material de recambio consigo por si se tiene que cambiar durante el viaje. Asimismo debe asegurarse que en el lugar al que va se puede conseguir el dispositivo que está utilizando ya que si no fuera así lo más conveniente es que lleve material para todo el periodo vacacional.

