

Vejiga neurógena

Neurogenic Bladder

La vejiga neurógena es un trastorno relacionado con el control de la vejiga. Generalmente, se produce cuando hay problemas en los nervios que controlan la vejiga. El cerebro envía señales a través de la médula espinal hasta los músculos de la vejiga que comienzan e interrumpen el flujo de orina. Si tiene vejiga neurógena, los nervios y los músculos no funcionan juntos de la manera en que deberían hacerlo.

Esta afección puede hacer que la vejiga sea hiperactiva, lo que significa que tenga dificultad para retener la orina. En otros casos, puede hacer que la vejiga sea hipoactiva, lo que significa que tenga dificultad para orinar.

¿Cuáles son las causas?

Esta afección puede ser causada por cualquier tipo de daño nervioso o afección que altere las señales que envía el cerebro hacia la vejiga. Muchos factores pueden causar estos problemas en los nervios, incluidos los siguientes:

- Una enfermedad que afecta el sistema nervioso, como:
 - Enfermedad de Alzheimer.
 - Parálisis cerebral.
 - Esclerosis múltiple.
 - Diabetes.
 - Enfermedad de Parkinson.
- Daño en el cerebro o la médula espinal. Esto puede deberse a lo siguiente:
 - Traumatismos.
 - Tumores.
 - Infección.
 - Cirugía.
 - Consumo excesivo de alcohol.
 - Accidente cerebrovascular.
 - Una discapacidad congénita que afecta la médula espinal.

¿Qué incrementa el riesgo?

Es más probable que tenga esta afección si tiene daño nervioso o un trastorno neurológico.

¿Cuáles son los signos o los síntomas?

Los signos y síntomas de esta afección incluyen los siguientes:

- Pérdida de orina (incontinencia).
- Necesidad urgente y repentina de orinar (incontinencia imperiosa).
- Micción frecuente durante el día y la noche.
- Incapacidad para vaciar la vejiga por completo (retención urinaria).
- Infección de las vías urinarias frecuente.

¿Cómo se diagnostica?

Esta afección se puede diagnosticar en función de lo siguiente:

- Los síntomas y antecedentes médicos.
- Un examen físico.
- Los resultados de un diario de micciones. Es posible que le pidan que lleve un registro de los síntomas relacionados con la vejiga y las veces que orina.

También pueden hacerle estudios, por ejemplo:

- Un análisis de orina para determinar si hay infección.
- Un estudio de la vejiga que determina la cantidad de orina que queda en la vejiga después de orinar.
- Estudios para medir el flujo de orina y determinar el grado de control del flujo (pruebas urodinámicas).
- Un procedimiento en el que se utiliza un pequeño dispositivo con una cámara para observar la vejiga a través de la uretra (citoscopia). El médico que se especializa en las vías urinarias (urólogo) puede realizar esta prueba.
- Estudios de diagnóstico por imágenes del cerebro o la médula espinal, como una tomografía computarizada (TC) o una resonancia magnética (RM).

¿Cómo se trata?

El tratamiento de esta afección depende de la causa y los síntomas que se presenten. Trabaje en estrecha colaboración con el médico para encontrar tratamientos que mejoren su calidad de vida. Las opciones de tratamiento incluyen:

- Aprender maneras de controlar las micciones, por ejemplo:
 - Orinar en horarios programados.
 - Entrenarse para retrasar la micción.
 - Hacer ejercicios para fortalecer los músculos que controlan el flujo de la orina (ejercicios de Kegel).
 - Evitar las comidas o bebidas que empeoran los síntomas.
- Tomar medicamentos para:
 - Estimular la vejiga hipoactiva.
 - Relajar la vejiga hiperactiva.
 - Tratar la infección de las vías urinarias.
- Aprender a usar una sonda delgada (catéter) para vaciar la vejiga. Un catéter es un tubo hueco que se pasa por la uretra.
- Procedimientos para estimular los nervios que controlan la vejiga.
- Someterse a una cirugía si otros tratamientos no ayudan.

Siga estas indicaciones en su casa:

Estilo de vida

- Lleve un diario de micciones para determinar qué alimentos, líquidos o actividades empeoran los síntomas.
- Use el diario de micciones para programar las veces que va al baño. Si está lejos de su casa, haga planes para tener un baño cerca de acuerdo con lo que dice el programa.
- Limite la ingesta de bebidas que estimulen la micción. Estas bebidas incluyen refrescos, café y té.
- Después de orinar, espere unos minutos y vuelva a intentarlo (vaciamiento doble).
- Asegúrese de orinar antes de salir de su casa y antes de acostarse.

Ejercicios de Kegel

Realice los ejercicios de Kegel para fortalecer los músculos que controlan el paso de la orina. Estos músculos son los que se usan para intentar retener la orina cuando necesita orinar. Para hacer los ejercicios de Kegel:

1. Apriete los músculos del suelo pélvico, como si estuviera tratando de detener el flujo de orina. Debe sentir que el área rectal se eleva y se tensa. Si es mujer, también debe sentir tensión en el área vaginal. Mantenga el estómago, las nalgas y las piernas relajadas.
2. Mantenga los músculos tensos durante 5 a 10 segundos.
3. Relaje los músculos durante la misma cantidad de tiempo.
4. Repita este ejercicio 10 veces.

Repita este ejercicio 3 veces al día o las veces que le haya indicado el médico.

Indicaciones generales

- Tome los medicamentos de venta libre y los recetados solamente como se lo haya indicado el médico.
- Concurra a todas las visitas de seguimiento como se lo haya indicado el médico. Esto es importante.

Comuníquese con un médico si:

- Tiene dificultades para controlar los síntomas.
- Los síntomas empeoran.
- Tiene signos de infección de las vías urinarias. Estos pueden incluir lo siguiente:
 - Sensación de ardor al orinar.
 - Escalofríos.
 - Fiebre.

Solicite ayuda de inmediato si:

- No puede orinar.

Resumen

- La vejiga neurógena es un trastorno relacionado con el control de la vejiga, que se origina por problemas en los nervios que controlan este órgano. Esta afección puede hacer que la vejiga sea hiperactiva o hipoactiva.
- Esta afección puede ser causada por cualquier tipo de daño nervioso o afección que altere las señales que envía el cerebro hacia la vejiga.
- El tratamiento depende de la causa de la vejiga neurógena y los síntomas que usted presente. Trabaje en estrecha colaboración con el médico para encontrar tratamientos que mejoren su calidad de vida.

Esta información no tiene como fin reemplazar el consejo del médico. Asegúrese de hacerle al médico cualquier pregunta que tenga.