

Cómo hablar con su médico u otro profesional de la salud sobre la vejiga hiperactiva

ES HORA DE
HABLAR SOBRE
LA VEJIGA
HIPERACTIVA



¿Está teniendo problemas urinarios, pero no sabe qué decirle a su médico? Es posible que tenga la vejiga hiperactiva. De ser así, es importante que sepa que usted no es la única persona. Millones de personas padecen de problemas urinarios por años sin pedir ayuda. No sea una más, ¡no espere! Aprenda más sobre el síndrome de vejiga hiperactiva (comúnmente conocido en inglés como OAB, por sus siglas) y haga una cita HOY con su médico u otro profesional de la salud y hable sobre este tema. ¡Usted puede obtener ayuda!

Aquí le damos algunos consejos para ayudarle:

Prepárese con anterioridad: Antes de su consulta médica, reúna cierta información importante. Lleve una lista de los medicamentos con o sin receta, y de las vitaminas o hierbas que toma. Haga una lista de todas sus enfermedades o lesiones pasadas y actuales. También es posible que quiera visitar el sitio web en inglés **ItsTimeToTalkAboutOAB.org** y responder unas preguntas de evaluación para las personas que creen tener la vejiga hiperactiva. Lleve los resultados de su evaluación a su consulta para comentar sus síntomas con su médico.

Lleve a un amigo: Pídale a un familiar o amigo que lo acompañe a la consulta. Un “compañero de consulta” puede ayudarle a recordar las cosas que usted puede olvidar preguntar, y es otro par de oídos que le ayudará a recordar lo que dijo el médico u otro profesional de la salud.

Comience a hablar sobre el tema: Si su médico no le pregunta sobre sus síntomas de vejiga hiperactiva, comience usted a hablar sobre el tema. No espere hasta el final de su consulta. Comience a hablar de esto en cuanto pueda, para que haya suficiente tiempo para hacer preguntas. Si primero lo ve un enfermero o enfermera, aproveche para hablar de sus síntomas urinarios, incluso antes de que su médico entre al consultorio.

Tome notas: Lleve un cuaderno o bloc de papel y un lapicero para tomar notas o use un aparato electrónico como su teléfono celular.

Hable con sinceridad: Cuénteles a su médico u otro profesional de la salud cuáles son los síntomas que tiene. No hay por qué tener vergüenza. Recuerde que los profesionales de la salud están acostumbrados a escuchar sobre toda clase de problemas.

Explíquelo a su médico cómo sus síntomas han cambiado su vida: No hable solo de los síntomas que tiene, también dígame a su médico cómo estos síntomas afectan su vida diaria. Esta información puede ser útil cuando su médico y usted decidan cuáles opciones de tratamiento podrían ser las mejores. Antes de su consulta, hágase las siguientes preguntas y comparta sus respuestas con su médico:

- ¿Me impiden mis síntomas disfrutar actividades fuera de mi casa?
- ¿Tengo miedo de estar demasiado lejos de un baño?
- ¿Han cambiado mis síntomas mis relaciones con mis amigos o familiares?
- ¿Hacen mis síntomas que sea difícil dormir bien por la noche?

Haga preguntas: La mejor manera de controlar este problema es comprendiendo lo que es la vejiga hiperactiva. El mejor momento para hacer preguntas es durante la consulta médica. Use la siguiente lista de preguntas como guía.

Preguntas para su médico u otro profesional de la salud:

- ¿Qué es la vejiga hiperactiva?
- ¿Qué la causa?
- ¿Se puede prevenir la vejiga hiperactiva?

Cómo hablar con su médico u otro profesional de la salud sobre la vejiga hiperactiva

ES HORA DE
HABLAR SOBRE
LA VEJIGA
HIPERACTIVA

- ¿Me puede ayudar o debo consultar a un especialista? De ser así, ¿cómo puedo encontrar el especialista adecuado para mi caso?
- ¿Tendré que hacerme pruebas para saber si tengo vejiga hiperactiva? De ser así, ¿me puede explicar cada prueba y por qué recomienda que me la haga?
- ¿Tienen algún riesgo estas pruebas?
- ¿Hay cambios que puedo hacer en mi estilo de vida que me podrían aliviar mis síntomas?
- ¿Hay ejercicios que puedo hacer para aliviar mis síntomas?
- ¿Debo ver a un terapeuta físico?
- ¿Qué tipos de tratamientos hay para la vejiga hiperactiva?
- ¿Hay efectos secundarios que resulten de estos tratamientos?
- ¿Cuáles son las ventajas y desventajas de cada tipo de tratamiento?
- ¿Cuál de estos tratamientos me recomienda y por qué?
- ¿Cuánto tiempo después de comenzar el tratamiento mejorarán mis síntomas?
- ¿Qué pasa si el primer tratamiento no me ayuda?
- ¿Necesitaré tratamiento durante el resto de mi vida?
- ¿Se puede curar la vejiga hiperactiva?
- ¿Cuáles son los riesgos de no tratarla?
- Si no tengo la vejiga hiperactiva, ¿qué otro problema podría estar causando mis síntomas y por qué?
- ¿Cuál es el siguiente paso que debo tomar?

Hable sobre citas de seguimiento: Finalmente, pregúntele a su médico u otro profesional de la salud cuándo debe hacer otra cita. Además, pregunte qué debe llevar a esa visita.

Llegó la hora... y esto tiene que ver con usted.

ItsTimeToTalkAboutOAB.org

Recursos para pacientes que se ofrecen gracias al generoso apoyo de Astellas.



©2018 Urology Care Foundation, Inc. All rights reserved.

BladderControl-OABTalk-FS-2019-Spanish

Acerca de la Urology Care Foundation:

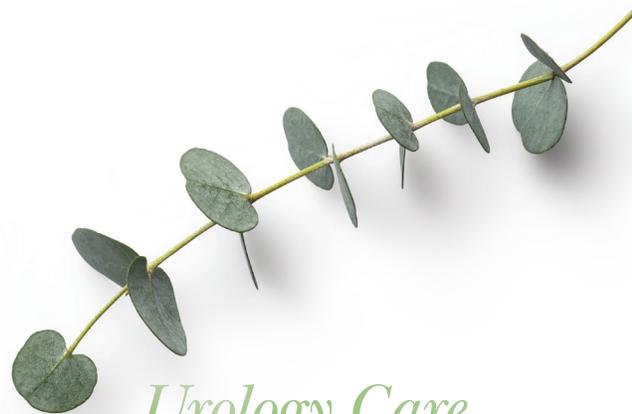
La *Urology Care Foundation* es la principal fundación urológica en el mundo y la fundación oficial de la *American Urological Association*. Ofrecemos información para las personas que están controlando su salud urológica de forma activa y para aquellas que están listas para hacer cambios en su salud. Nuestra información se basa en los recursos de la *American Urological Association* y es revisada por expertos médicos.

Para aprender más, visite el sitio web de la *Urology Care Foundation*, UrologyHealth.org/UrologicConditions o visite UrologyHealth.org/FindAUrologist (en inglés) para encontrar un especialista cerca de usted.

Descargo de responsabilidad: Esta información no es un recurso para el autodiagnóstico ni un sustituto para el consejo médico profesional. No debe usar ni recurrir a esta información con ese propósito. Consulte con su urólogo u otro profesional de la salud sobre cualquier pregunta que tenga sobre su salud. Siempre consulte a un profesional de la salud antes de comenzar o suspender cualquier tratamiento, incluidos los medicamentos.

Para más información sobre el síndrome de la vejiga hiperactiva, hable con su médico, enfermero o sus ayudantes, o visite: ItsTimeToTalkAboutOAB.org

Para copias impresas de materiales sobre el síndrome de la vejiga hiperactiva u otros problemas urológicos, visite: UrologyHealth.org/Order o llame al 1-800-828-7866.



Urology Care
FOUNDATION™
The Official Foundation of the
American Urological Association