



comunicación con el paciente

Dra. M. Isabel Gutiérrez Pérez

Centro de Salud Rondilla I. Gerencia de Atención Primaria Valladolid Este

HEMATURIA

- Guarde la calma. La sangre en la orina no suele ser grave y puede proceder de los riñones o de cualquier parte de las vías urinarias.
- Las causas que pueden provocar la aparición de sangre en la orina son: las ITU, las piedras, algunas enfermedades renales, el ejercicio físico, un traumatismo lumbar o el agrandamiento de la próstata en los hombres mayores. También puede deberse a tumores, como el de vejiga, próstata o riñón.
- Existen circunstancias que pueden provocar la aparición de sangre en la orina, pero no es real que suceda con el consumo de determinados alimentos o de ciertos fármacos.
- Debe consultar a su médico de familia si su orina es roja. La sangre puede verse a simple vista. En otras ocasiones su médico puede detectar sangre a través de un análisis de orina, pero éste no suele realizarse sistemáticamente, sólo si existen factores de riesgo o antecedentes de interés, en cuyo caso se llevarían a cabo una valoración y un cribado de las posibles causas. También lo derivaría a los servicios de nefrología o urología si precisara estudios complementarios.

TUMORACIÓN ESCROTAL

- Las masas escrotales son anomalías que se pueden producir en los testículos. El escroto es el saco de piel que rodea los testículos, en el que puede acumularse líquido (agua, sangre, pus); también puede inflamarse el tejido escrotal, sufrir un crecimiento anómalo o cambios en su consistencia.
- Es preciso buscar ayuda médica de urgencia si aparece un dolor repentino y severo, hinchazón o enrojecimiento del escroto junto con malestar general (náuseas, vómitos, fiebre, etc.). La atención rápida en estos casos mejora la salud de los testículos.
- En la patología escrotal no aguda y sin sospecha de malignidad, el médico de familia debe tranquilizar al paciente dada la naturaleza benigna de esta afección.
- Debe consultar a su médico si en la autoexploración notó un bulto en el escroto, aunque no tenga dolor ni otros síntomas. Las masas escrotales pueden ser la manifestación de una patología grave o que pueda afectar al buen funcionamiento de los testículos.



DOLOR LUMBAR

- Guarde la calma. Es poco probable que su dolor lumbar (DL) agudo se deba a una patología grave; además, la buena evolución del proceso y la pronta recuperación son dos datos favorables acerca de la naturaleza benigna del mismo. Si no existen señales de alarma, su médico de familia puede asumir el tratamiento (mantener cierto grado de actividad física y prescribir analgesia en algunos casos) y no precisa derivar (al servicio de urología o de urgencias).
- A través de la entrevista y de una completa exploración, su médico obtiene información sobre las características de su dolor y síntomas acompañantes, haciendo un cribado de otras posibles causas que puedan ocasionarlo. Sólo se solicitarán pruebas complementarias si de su resultado depende el tratamiento o el pronóstico del DL.
- En el DL crónico, se debe informar del proceso, su evolución y sus posibles recurrencias. Es importante enseñar al paciente el «autocuidado» (hábitos posturales en el manejo de pesos, al sentarse, estar de pie, acostarse, uso de calzado apropiado), así como el mantenimiento de su vida habitual y de una actividad física adecuada.
- La litiasis renal es la aparición de cálculos renales en el riñón y el uréter, formados a partir de sustancias que están en la orina. Pueden eliminarse sin causar síntomas, pero si el tamaño es suficiente, pueden quedar atrapados a lo largo del aparato urinario, manifestándose como dolor de tipo cólico y repentino. Habitualmente se eliminan de forma espontánea, y no requieren más que la observación y un tratamiento analgésico.

URGENCIA MICCIONAL

Es preciso que consulte a su médico si:

- Su micción es abundante o escasa (normal: 250 mL/día).
- Orina cada hora, tiene más de 8 micciones al día o necesidad de orinar de forma repentina que no puede demorar (es normal orinar cada 2-3 h o tener 6-8 micciones/día).
- Presenta pérdidas de orina (al reír, toser o saltar). En ese caso, debe acudir a su médico.
- Necesita levantarse por las noches para ir al baño (nuestro organismo debe ser capaz de aguantar durante toda la noche).