



# Fijar las expectativas para su tratamiento para la vejiga hiperactiva (VH)

## ¿Qué es la VH?

La vejiga hiperactiva (VH) es una afección médica que se caracteriza por una serie de síntomas urinarios. Esto no es una enfermedad. La VH puede producirse cuando los impulsos nerviosos que se envían del cerebro a la vejiga le indican que debe vaciarla aunque la vejiga no esté llena, o cuando los músculos de la vejiga son demasiado activos.

## ¿Cuáles son los síntomas de la VH?

**Micción urgente:** Una necesidad repentina y fuerte de orinar de inmediato

*Las personas con vejiga hiperactiva (VH) también tienen uno o más de estos síntomas:*

**Frecuencia:** Orina 8 o más veces al día, o un número de veces aparentemente demasiado frecuente

**Incontinencia imperiosa:** Necesidad repentina de orinar seguida de una fuga de orina

**Micción nocturna:** Despertarse una o más veces durante la noche para orinar

Estos síntomas también pueden ser causados por una infección del tracto urinario, una enfermedad o como efecto secundario de un medicamento. Su proveedor de atención médica puede indicarle la posible causa de sus síntomas.

## ¿Cuán frecuente es la VH?

La VH es una afección común. Aproximadamente 46 millones de adultos estadounidenses mayores de 40 años dicen tener signos de VH al menos "a veces".

## ¿Cuáles son los factores de riesgo para la VH?



### EDAD

A medida que pasan los años, aumenta el riesgo de padecer la VH.



### SEXO

La VH puede ser más frecuente en mujeres.



### AFECCIONES MÉDICAS

Algunas afecciones médicas, como las enfermedades neurológicas (p. ej., accidente cerebrovascular, esclerosis múltiple) y la diabetes no controlada, junto con la VH, ponen a la gente en un mayor riesgo de VH con complicaciones. Su proveedor de atención médica puede darle más información.



### ALIMENTACIÓN

Ciertos alimentos y bebidas pueden irritar su vejiga y pueden empeorar los síntomas de la VH. Consulte a su proveedor de atención médica para obtener más información sobre estos irritantes.



# Fijar las expectativas para su tratamiento para la vejiga hiperactiva (VH)

## ¿Qué opciones de tratamiento hay disponibles para la VH?

Los cambios en el estilo de vida y los medicamentos pueden ayudar a tratar la VH. El tratamiento es diferente para cada persona. Juntos, usted y su proveedor de atención médica decidirán lo que sea mejor para usted.

### Cambios en el estilo de vida

- Limite los alimentos y las bebidas que afectan su vejiga
- Lleve un diario donde anote las veces que va al baño
- Vaya al baño en horarios programados en lugar de ir solo cuando tiene ganas
- Hable con su proveedor de atención médica sobre los ejercicios que ayudan a relajar los músculos de la vejiga

### Medicamentos recetados

- Se puede tomar medicamentos además de realizar cambios en el estilo de vida
- Existen medicamentos que pueden ayudarlo a sobrellevar sus síntomas de la VH. Su proveedor de atención médica puede indicarle los medicamentos que pueden ser adecuados para usted

## Recordatorios importantes para su tratamiento para la VH



1

Surta su receta si su proveedor de atención médica le receta un medicamento.



2

Tome su medicamento para la VH todos los días según lo recetado por su proveedor de atención médica.



3

Tenga paciencia y cumpla con su tratamiento, ya que puede tardar en hacer efecto.



4

Controle su progreso y hable con su proveedor de atención médica. No todos los tratamientos funcionan de la misma manera en todos los pacientes. Tal vez deba hablar con su proveedor de atención médica sobre cambios en su tratamiento o en su dosis.

**Hable con su proveedor de atención médica si sus síntomas de VH empeoran o si tiene efectos secundarios que lo afectan.**