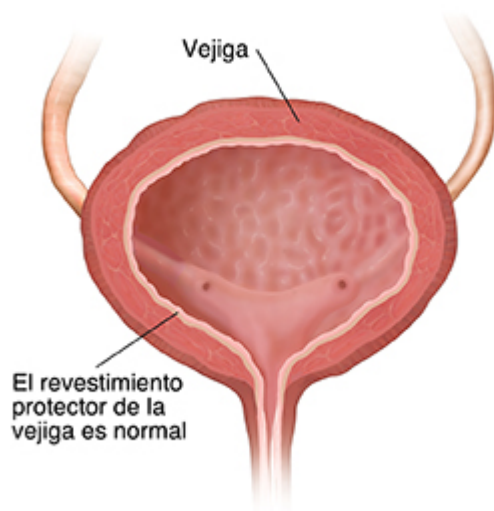


¿Qué es la cistitis intersticial?

La cistitis intersticial es una afección dolorosa de la vejiga. Hace que la pared de la vejiga esté dolorida y se irrite fácilmente. Esto provoca síntomas desagradables. La cistitis intersticial suele ser crónica (continua). No hay una cura conocida. Pero con el tratamiento o con una combinación de tratamientos, se pueden controlar los síntomas para que se sienta mejor.

La vejiga almacena la orina hasta que se expulsa del cuerpo. Se desconoce la causa de la cistitis intersticial. Pero los proveedores de atención médica observan algunos cambios en la vejiga que pueden ser la causa de esta afección. El revestimiento protector que mantiene la orina alejada de las paredes de la vejiga parece afinarse y endurecerse. Esto dificulta la expansión de la vejiga para retener la orina. Durante algunos exámenes, los proveedores pueden ver puntos de sangrado (glomerulaciones) en la pared de la vejiga. En raras ocasiones, también pueden encontrar una úlcera (úlceras de Hunner).



¿Cuáles son los síntomas de la cistitis intersticial?

Los síntomas pueden empeorar durante el ciclo menstrual. Los síntomas pueden desaparecer durante un tiempo (remisión), pero a menudo vuelven a aparecer. Pueden ser los siguientes:

- Necesidad frecuente y urgente de orinar
- Dolor o presión en la zona de la vejiga, que a menudo se alivia durante un breve periodo después de orinar
- Dolor en los genitales, en el ano, en la uretra, en la parte inferior del abdomen o en la parte baja de la espalda
- Dolor durante las relaciones sexuales

Algunas personas no sienten dolor con la cistitis intersticial. Solo sienten una presión intensa en la vejiga.

¿Cuáles son las causas de la cistitis intersticial?

Entre las causas posibles, se incluyen las siguientes:

- Daños en el revestimiento protector de la vejiga, lo que provoca que la orina irrite la pared de la vejiga
- Infección o lesión de la vejiga
- Reacción alérgica en la vejiga
- Problemas en los nervios
- Sustancias presentes en la orina que irritan la vejiga

¿Cómo se trata la cistitis intersticial?

El tratamiento puede consistir en una combinación de medicamentos, cambios en el estilo de vida, cirugía y otros métodos. No existe un único tratamiento conocido. Puede llevar algún tiempo encontrar la combinación de tratamientos adecuada para usted.

Estas son algunas opciones de medicamentos:

- **Analgésicos.** Pueden tomarse por corto tiempo para aliviar molestias.
- **Antiespasmódicos.** Pueden relajar los músculos de la vejiga. También disminuyen la necesidad de orinar.
- **Antinflamatorios no esteroides (AINE).** Pueden reducir la inflamación y aliviar el dolor.
- **Antihistamínicos.** Se usan para reducir la inflamación y aliviar el dolor si el proveedor cree que la causa es una reacción alérgica.
- **Antidepresivos.** En dosis bajas, pueden evitar el dolor y aliviar los espasmos de la vejiga y los síntomas.
- **Polisulfato de pentosán y medicamentos parecidos.** Se usan para aliviar el dolor, ya que generan y restauran la capa protectora del tejido de la vejiga.
- **Instilación dentro de la vejiga.** En algunos casos, el medicamento puede introducirse directamente en la vejiga mediante una sonda.

Otros tratamientos pueden incluir lo siguiente:

- **Biorretroalimentación.** Este tratamiento utiliza sensores colocados en el vientre (abdomen) que permiten ver las señales emitidas por los músculos de la vejiga. Esto puede ayudar a controlar los músculos de la vejiga y reducir los síntomas.
- **Estimulación eléctrica.** Las señales eléctricas pueden ayudar a bloquear las sensaciones nerviosas hacia y desde la vejiga. Pueden mejorar la circulación de la sangre y fortalecer los músculos pélvicos.
- **Cirugía.** En los casos graves que no mejoran con otros tratamientos, puede recomendarse la cirugía.
- **Toxina botulínica.** Se puede inyectar en el revestimiento de la vejiga para relajar los músculos de esta.

-
- **Cistoscopia con hidrodistensión.** Este procedimiento se hace en el quirófano. Se llena la vejiga de agua para estirla hasta su capacidad máxima. Suele ser útil para el dolor de la vejiga y la frecuencia.

Los cambios en el estilo de vida incluyen lo siguiente:

- **Cambios en la alimentación.** No comer alimentos que irriten la vejiga y empeoren los síntomas. Por ejemplo, el alcohol, las frutas cítricas, la comida picante, el chocolate y la cafeína.
- **Reentrenamiento de la vejiga.** Esto implica retener la orina durante períodos cada vez más largos. El objetivo es estirar la vejiga y aumentar la cantidad de orina que puede controlar.
- **Control del estrés.** El estrés no causa cistitis intersticial. Pero al aprender formas de controlar el estrés, se puede mejorar cualquier tipo de dolor crónico. Hacer ejercicio también puede ser de ayuda.