


















## QUINS I QUANTS ABSORBENTS CAL PRESCRIURE ?

MOBILITAT	ESTAT COGNITIU	SUPORT FAMILIAR	INCONTINÈNCIA OCASIONAL	INCONTINÈNCIA PERMANENT AMB POCA O MITJANA QUANTITAT	INCONTINÈNCIA PERMANENT AMB MOLTA QUANTITAT			
Bona	Bo	Si	Compreses	Anatòmic/Pants  DIA 2 U/dia  NIT 1 U/nit	Anatòmic/Elàstic/Pants  NIT 2 U/dia  SÚPER NIT 1 U/nit			
Bona	Dolent	Si		Dolenta	Bo	No	Compreses o Anatòmic   DIA 1 U/24 hores	Anatòmic  DIA 2-3 U/dia  NIT 1-2/nit
Dolenta	Dolent	Si	Anatòmic   DIA 2 U/24 hores	Anatòmic  DIA 3 U/dia  NIT 1-2 U/nit	Anatòmic/Elàstic  NIT 3 U/dia  SÚPER NIT 1-2 U/nit			
		No	Anatòmic  DIA 1-2 U/dia  NIT 1 U/dia					

Capacitat d'absorció: Dia: 600-900 ml ; Nit: 900-1200 ml ; Súper Nit: >1200 ml

 Recomanacions durant el dia

 Recomanacions durant la nit

**ABSORBENT** últim recurs en pacient incontinent si fracàs de:

- tractament farmacològic
- rehabilitació sol pèlvic
- sondatge vesical intermitent

Potenciar autonomia i reeducació d'hàbits

**ELECCIÓ INDIVIDUALITZADA** segons:

- Tipus d'incontinència
- Grau mobilitat
- Estat Cognitiu
- Suport familiar/cuidador
- Quantitat diüresi
- Talla

**PREVENCIÓ INCONTINÈNCIA:**

- Anar al WC <3 hores
- Facilitar accés a WC
- Roba còmoda i fàcil de treure'n
- Higiene íntima adequada
- Beure 1,5/2 litres d'aigua diari
- Evitar estrenyiment
- Evitar substàncies excitants