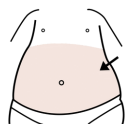


ASCITIS



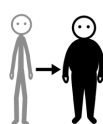
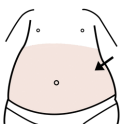
¿Qué es la ascitis?

- Es la acumulación de líquido en la barriga
- La causa más común de la ascitis es la cirrosis hepática



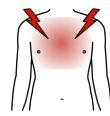
Síntomas

- Los pacientes con ascitis pueden tener la barriga hinchada, aumento de peso e hinchazón en las piernas (edemas)



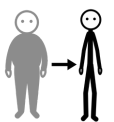
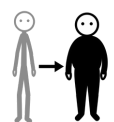
Si tienes ascitis ve a urgencias si:

- Tienes dolor fuerte en la barriga o en el pecho que no se va.
- Tienes Fiebre
- Respiras mal
- Tienes náuseas



Si tienes ascitis consulta con un médico si:

- Aumentas más de 1 kg de peso en 2 días.
- Aumentas más de 2,5 kg de peso en una semana.
- Bajas más de 2 o 3 kg de peso en una semana.
- Haces menos pis
- Te sientes mareado



Cómo usar el código QR para ver más información de salud

1. Abre la cámara del móvil.
2. Apunta al código QR (ese cuadrado con dibujos).
3. Toca el mensaje que sale en pantalla.
4. Te llevará a una página con información de salud segura y verificada.





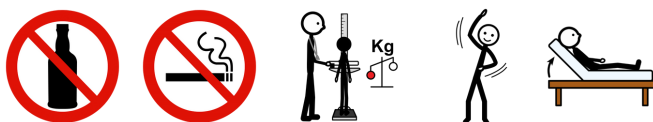
Tratamiento de la ascitis:

- Tomar diuréticos recetados por tu médico para eliminar líquido a través del pis
- Paracentesis para drenar líquido a través del abdomen
- TIPS: se crea un canal dentro del hígado para tratar la cirrosis
- No tomar sal



Pautas a seguir cuando tienes ascitis:

- No tomar alcohol ni tabaco.
- Medir tu peso corporal cada cada día (pesarse cada día).
- Hacer ejercicio físico.
- Cuando te tumbes en la cama, pon la cabeza un poco alta. Puedes poner debajo de la cabeza dos almohadas.



Cuanto tienes ascitis no puedes tomar sal ni comidas ni bebidas con sodio:

- No le pongas sal a la comida y no comas comida envasada con sal añadida.
- Evita comer vísceras, charcutería, conservas, marisco, queso, pan con sal o salsas.
- Revisa la etiqueta de los alimentos y bebidas para saber si tienen sal o sodio.
- Si vas a comer a un bar o restaurante pide comida sin sal o con la menor sal posible.



Para aprender a comer sin sal puedes pedirle ayuda a tu médico o buscar información en este código QR o en el enlace:



Cuanto tienes ascitis no puedes tomar alcohol ni alimentos con alcohol:

- No tomar alcohol ni comida que se cocina con alcohol o que contenga alcohol.



Para aprender a vivir sin alcohol puedes pedirle ayuda a tu médico o buscar información en este código QR o en el enlace:



- Información verificada por la Dra. Raquel Souto, especialista de Aparato Digestivo
- Fuente: conocimiento de los médicos especialistas del Hospital de Pontevedra. Información creada por el Grupo de Investigación en Hepatología y EII del IIS Galicia Sur y los servicios de Digestivo y Endocrinología del Área Sanitaria de Pontevedra e O Salnés para el proyecto COMTA.
- Autor pictogramas: Sergio Palao. Origen: [ARASAAC \(http://www.arasaac.org\)](http://www.arasaac.org). Licencia: CC (BY-NC-SA). Propiedad: Gobierno de Aragón (España)