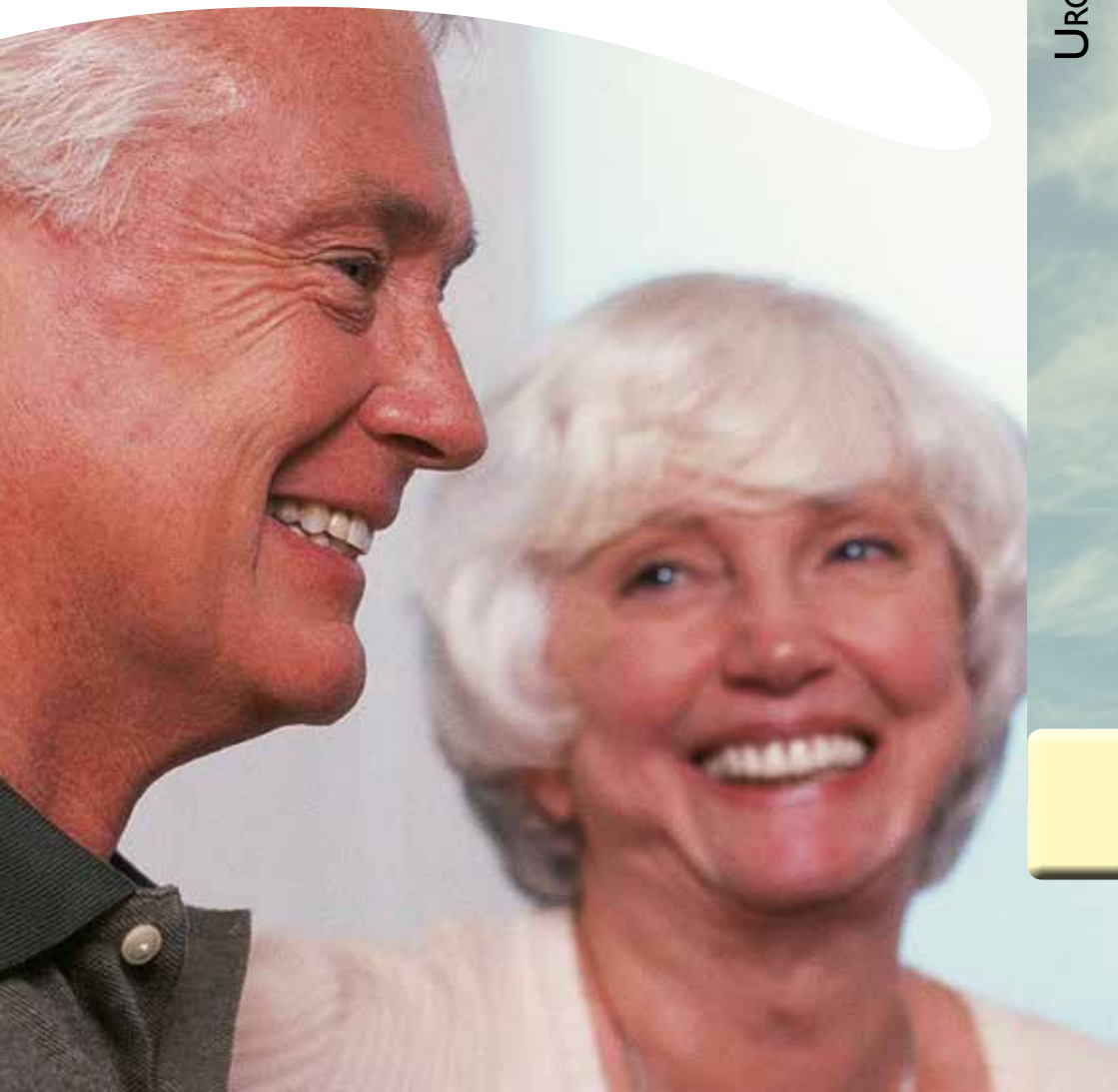


ANVÄNDARGUIDE REN INTERMITTENT KATETERISERING

UROLOGIPRODUKTER



DOLEMA AB

Bergkällavägen 27 A, 192 79 Sollentuna

Epost: info@dolema.com

Telefon: 08 - 446 15 06, Telefax: 08 - 446 15 07



inga är lika! – www.dolema.com

Egna anteckningar

Namn _____

Sjukhus _____

Mottagning _____

Min läkare/uroterapeut/sjuksköterska _____

Telefon _____

Telefontid _____

Kateterisera _____ gånger per dag.

Spets: Nelaton ☐ Tiemann ☐ Kulformad ☐

Längd: 15 cm ☐ 20 cm ☐ 30 cm ☐ 40 cm ☐ 43 cm ☐

Antibakteriell: Ja ☐ Nej ☐

CH	06	08	10	12	14	16	18
Färg	Ljusgrön	Blå	Svart	Vit	Mörkgrön	Orange	Röd
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Övrigt _____

ANVÄNDARGUIDE REN INTERMITTENT KATETERISERING

Innehållsförteckning

Egna anteckningar	2
Inledning	4
Urinvägarnas anatomi	4
Orsaker till att inte kunna kissa	5
Målsättning med RIK	5
Hydrofila katetrar	6
Handhavande	7
Att förbereda katetern HomeCath®/IQ-Cath	7
Kateterisering – män	8
Kateterisering – kvinnor	10
Kateterisering – barn	12
Vanliga frågor och svar	13
Tappningskatetrar för varje behov	15

Dolema AB vill rikta ett särskilt tack till
uroterapeuterna och sjuksköterskorna vid
Centralsjukhuset i Karlstad, Universitetssjukhusen i
Linköping och Örebro samt Vrinnevisjukhuset i Norrköping
som hjälpt oss att sammanställa denna guide.

Inledning

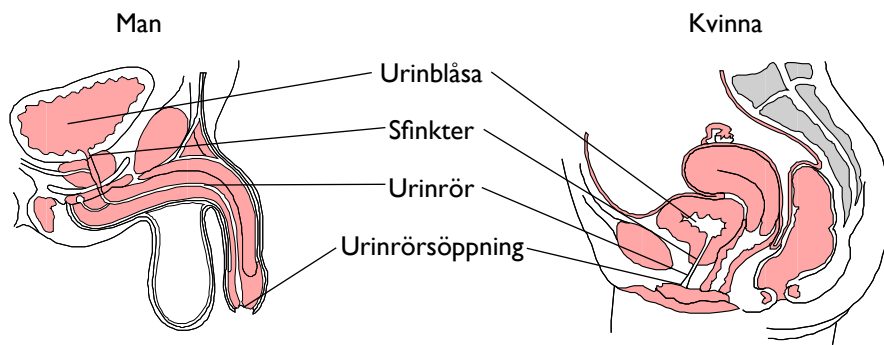
Det här häftet kommer att handla om RIK, dvs. Ren Intermittent Kateterisering, utförd av dig själv eller någon annan.

RIK gör det möjligt att själv kontrollera sin tömning av urinblåsan även om det inte är möjligt att kissa på normalt sätt. Det sker genom att en tappningskateter (en tunn slang) förs in genom urinröret till urinblåsan så att urin tappas ur.

Regelbunden tömning av urinblåsan minskar bl.a. risken för läckage, urinvägsinfektioner och njurskador. RIK kan antingen användas tillfälligt eller resten av livet.

RIK är ett sätt att tömma blåsan som är säkert och komplikationsfritt. Enkelt att lära och fungerar mycket bra för de allra flesta.

Urinvägarnas anatomi



Urinblåsan fungerar som behållare för urinen och är belägen i nedre delen av bäckenet. Urinen bildas i njurarna och transporteras genom urinledarna till blåsan. Urinblåsan har två funktioner, dels att lagra urin mellan urintömningarna och dels att tömma blåsan.

När det är dags att kissa signalerar nerver i urinblåsans vägg till hjärnan, som i sin tur beordrar musklerna att dra ihop sig.

Samtidigt som den inre urinrörsmynningen (sfinktern) öppnas. Att man håller tätt tills man kommer till toaletten beror på att urinrörsmynningen (sfinktern) till stor del är viljestyrd, och öppnas först när man vill kissa.

Blåsan töjer sig när den fylls med urin. Den blir större efterhand som den fylls och vid en viss fyllnad kommer trängningskänslan.

Normal fyllnad för en vuxen när man kissar är 300-500 ml.

Vi kan normalt hålla emot medvetet och viljemässigt tills lämpligt tillfälle ges att kissa.

Från blåsan töms urinen via urinröret. Kvinnans urinrör är bara tre till fyra centimeter långt, medan mannens är cirka 25 centimeter.

Orsaker till att inte kunna kissa

Några orsaker till problem med att tömma urinblåsan kan vara:

- Förträngningar i urinröret eller förstörad prostatakörtel.
- Medfödda fel i nervförbindelserna mellan hjärnan och urinblåsan.
- Defekt blåsmuskulatur.
- Neurologiska sjukdomar.
- Ryggmärgsskador.
- Efter operation i nedre delen av buken/underlivet.
- I vissa fall efter förlossning.

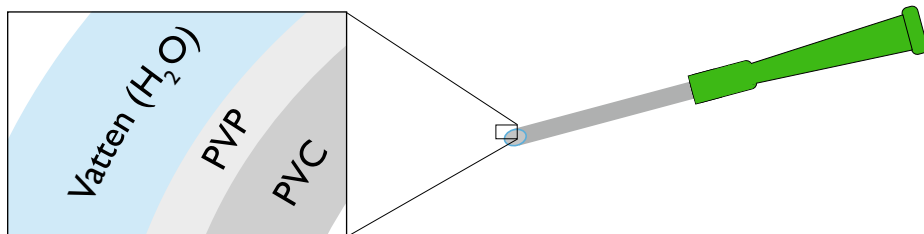
Målsättning med RIK

Målsättningen med RIK är att upprätthålla så normala förhållanden i urinvägarna som möjligt och därmed undvika följdproblem som njurskador, urinvägsinfektioner eller generande urinläckage.

Genom regelbunden tömning förhindras okontrollerbart läckage och risken för infektioner minskas. Det går att leva ett normalt liv utan rädsla för urinlukt och våta kläder.

Hydrofila katetrar

Hydrofila katetrar har ett ytskikt som binder och behåller vatten under en tid. De flesta hydrofila katetrar är tillverkade av PVC och har ett ytskikt av PVP (Polyvinylpyrrolidon) som binder upp till 9-10 gånger sin egen vikt av vatten, vilket resulterar i en geleaktig och glatt yta.



Inför kateterisering används torra katetrar som levereras i en steril singelförpackning. Förpackningen fylls med vatten och katetern bör ligga i vatten under minst 30 sekunder men helst 45 sekunder eller mer för att bli hal och glatt inför kateteriseringen.

Den hydrofila katetern består av följande delar:

1. Färgkodad konnektor (anslutningskona)

med en liten klack.

För Tiemann visar klacken
åt vilket håll spetsens böjer.



2. Kateterrör där diametern mäts i
Charrière (1CH = 1/3mm).

3. Ögon (öppningar för urinen).



4. Spets.

Det finns tre olika modeller att välja mellan:

Nelaton/rak, Tiemann/böjd och IQ-Cath/kulformad.

Nelaton



Tiemann



IQ-Cath



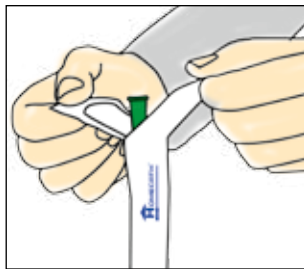
Handhavande

Detta avsnitt har delats upp i två huvudavsnitt, ett om hur du förbereder HomeCath® katetern och ett avsnitt om hur själva kateteriseringen utförs för en man, en kvinna respektive barn.

Katetrarna är steriltförpackade och god handhygien är särskilt viktigt för att minska risken för infektioner.

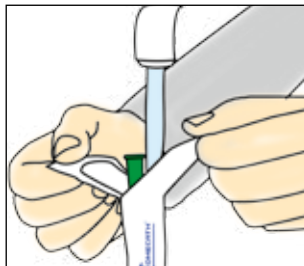
Att förbereda katetern HomeCath®/IQ-Cath

1. Börja med att kontrollera att förpackningen är hel och att bäst före-datum inte har passerats.
2. Öppna förpackningen genom att dra i flikarna vid kateterns konnektor.

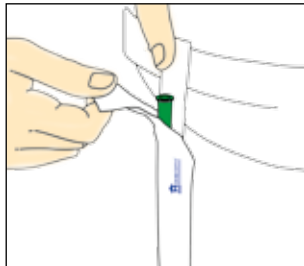


3. Fyll förpackningen med vatten.

**OBS! Använd kallt eller ljummet vatten.
Använd inte varmt vatten.**



4. Förpackningen kan fästas/hängas upp på en torr yta med hjälp av tejpen på utsidan.



5. Katetern bör ligga i vatten under **45 sekunder** eller mer för att bli hal och glatt inför kateteriseringen.
6. Tvätta händerna noga innan kateterisering.



Kateterisering – män

1. Förbered katetern och tvätta händerna noggrant.

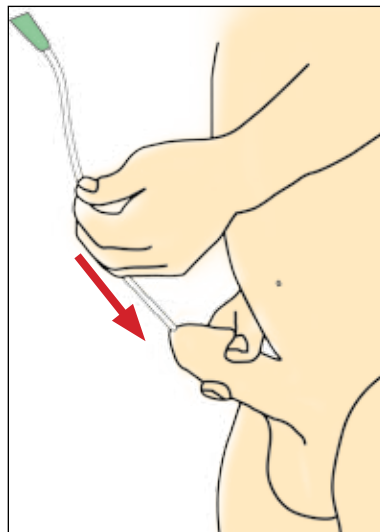


2. Hitta en bekväm ställning.

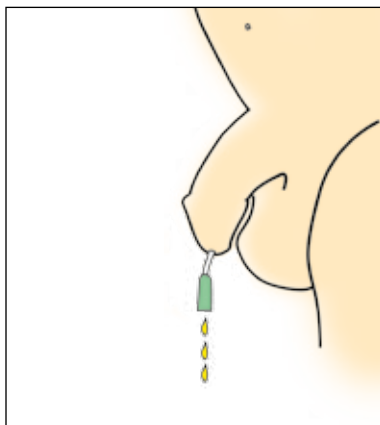
3. Drag tillbaka förhuden och lyft penis mot magen så att urinröret rätas ut. Håll löst runt penis så att urinröret ej blockeras.

4. För långsamt in katetern i urinröret. Katetern bör riktas uppåt vid införsel.

Vid användande av kateter med Tiemann-spets skall spetsen peka uppåt mot magen. Den lilla klacken på konnektorn visar dig åt vilket håll spetsen böjer.



5. När urinen börjar rinna förs katetern lite längre in samtidigt som penis riktas nedåt.
6. När urinen slutat rinna kan du till en början dra ut katetern en liten bit så att de sista dropparna kommer ut. Stanna upp om det börjar rinna igen. Det är viktigt att tömma helt tomt.



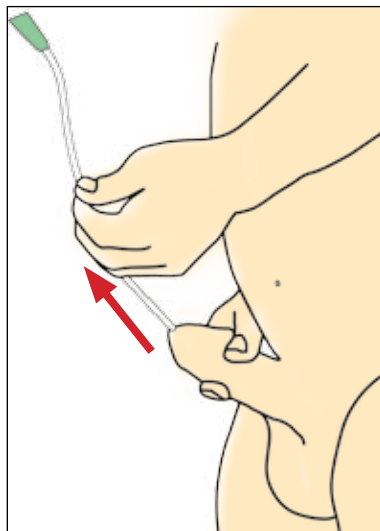
- 7 Att dra ut katetern.

Nelatonspets och IQ-Cath

Vänd därefter upp penis mot magen och skruva lite lätt på katetern innan ni långsamt drar ut den.

Tiemannspets

Vänd därefter upp penis mot magen och dra långsamt ut katetern. Spetsen skall peka uppåt mot magen. Den lilla klacken på konnektorn visar dig åt vilket håll spetsen böjer.



Sopsortera den använda katetern enligt kommunens anvisningar.

8. Avsluta med att tvätta händerna.

Tips: Om katetern är alltför hal att hantera kan du ha kvar den i förpackningen och tömma den på vatten. Dra därefter i bottenflikarna för att öppna förpackningen i andra änden och utför sedan kateteriseringen med hjälp av att hålla i katetern genom förpackningen istället för att behöva vidröra själva katetern.



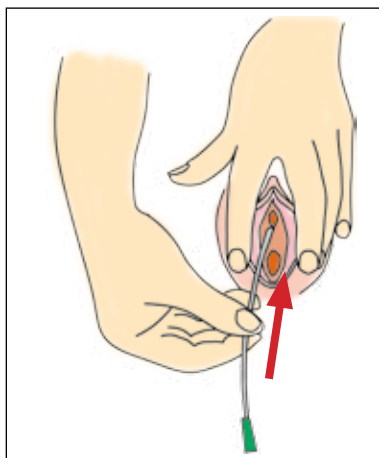
Kateterisering – kvinnor

1. Förbered katetern och tvätta händerna noggrant.



2. Hitta en bekväm ställning som passar dig.
Sittande, liggande, stående eller på huk.

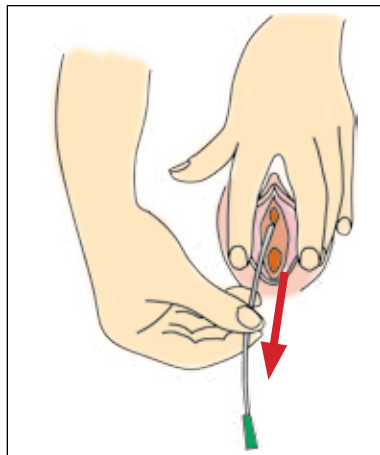
3. Håll isär blygdläpparna så att du kan känna urinrörsöppningen, en spegel kan hjälpa dig i början.
Lär dig ett enkelt sätt att hitta urinrörsöppningen på eftersom det ger dig större frihet att kunna kateterisera på sikt.



4. För långsamt in katetern i urinröret upp mot urinblåsan samtidigt som du riktar kateterns kona ner mot toaletten.
5. När urinen börjar rinna förs katetern upp en liten bit till.
Låt därefter urinen rinna ut.

6. När urinen slutat rinna kan du till en början dra ut katetern en liten bit och låta de sista dropparna rinna ut.

7. Dra därefter långsamt ut katetern och sopsortera den enligt kommunens anvisningar.



8. Avsluta med att tvätta händerna.



Tips: Om katetern är alltför hal att hantera kan du ha kvar den i förpackningen och tömma den på vatten. Dra därefter i bottenflikarna för att öppna förpackningen i andra änden och utför sedan kateteriseringen med hjälp av att hålla i katetern genom förpackningen istället för att behöva vidröra själva katetern.

Kateterisering – barn

1. Mindre barn behöver hjälp. Var lugn och utför allting försiktigt, gör det hela intressant för barnet. De allra minsta kan ligga på ett skötbord.
2. Pojkar - har liknande tillvägagångssätt som män.
3. Flickor - har liknande tillvägagångssätt som kvinnor.



Mer information finns i Dolemas instruktionsbok för barn.

Beställ den gärna via mejl till: info@dolema.com



Vanliga frågor och svar

1. Hur varmt ska vattnet vara som jag väter katetern med?
Vattnet får inte vara varmt då det minskar glidförmågan.
Bästa temperatur är kallt till ljummet vatten.
2. Hur länge ska katetern ligga i blöt innan användning?
Vi rekommenderar minst 45 sekunder.
Om den ligger ännu längre tid i blöt gör det ingenting.
3. Hur ofta måste jag tvätta underlivet?
RIK är en hygienisk metod att kissa. Det är viktigt att behålla den normala bakteriefloran. För både män och kvinnor räcker det med att tvätta underlivet endast en gång per dag.
4. Gör RIK (Ren Intermittent Kateterisering) ont?
RIK med en hydrofil kateter gör normalt inte ont. En del kan uppleva viss irritation.
5. Hur förvarar jag mina katetrar?
Förvara dem i rumstemperatur (15-25 ° C) på en ren och torr plats åtskilda från värme och ljus. Hållbarheten är 3 (tre) år från steriliseringsdatum. Vid resa eller utomhus förvaras de i t.ex. en väska.
6. Hur ofta bör jag kateterisera per dag?
Detta kan variera från person till person, men urinblåsan bör tömmas när den innehåller upp till 400 ml, vanligtvis räknar man med ca. 4-6 tömningar. Rådgör med din läkare och uroterapeut utifrån vilka problem du har och vilka mediciner som du använder. Efterhand lär du dig hur blåsan fungerar.
7. Hur lång tid tar varje tömning av blåsan?
Tömningen kan ta olika lång tid för olika personer men det är bra att alltid försäkra sig om att blåsan är tömd.

8. Blödningar?

Det kan förekomma blod i urinen vid kateterisering men det är inget du behöver oroa dig för om det ej pågår under en längre tid. Vid de få tillfällen det fortsätter komma blod bör du kontakta din uroterapeut som då kontrollerar om du har en UVI (urinvägsinfektion).

9. Vad gör jag om jag har feber och täta trängningar över urinblåsan?
Kontakta din vårdgivare för kontroll, du kan ha UVI.

10. Vad händer om jag glömmer bort att kateterisera?

Ingeting händer om du glömmer någon gång ibland, det är först om du glömmer flera gånger per dag under en längre tid som man ibland får problem med UVI eller urinläckage.

11. Kommer RIK att påverka mitt sexliv?

RIK påverkar inte ditt sexliv. Du kan fortsätta att leva som vanligt.

12. Hur gör jag vid en resa?

Ta med fler katetrar än du räknar med att använda. På vissa resmål bör inte kranvatten användas. Köp i sådana fall vatten på flaska. Alternativt be din vårdpersonal att förskriva katetrar med bipackad vattenpåse istället.

13. Kan jag använda en kateter flera gånger?

Detta är engångskatetrar och katetern skall kastas efter att den har använts. Katetern är inte längre steril och tappar sin glidförmåga efter användning. Ta alltid en ny.

14. Vad gör jag om det är svårt att föra in katetern?

Vänta en liten stund, hosta, slappna av i underlivet och försök igen.

Den som har instruerat dig i RIK kan hjälpa dig om du har fler frågor.

Tappningskatetrar för alla behov



Hydrofila tappningskatetrar med låg friktion.



Antibakteriell

Hydrofil tappningskateter med antibakteriell chitosanbeläggning, helt utan metaller. En kateter som är framtagen för att minska risken för urinvägsinfektioner.



HomeCath® hydrofila tappningskatetrar finns från Charrière 6 upp till 18 och är färgkodade. 15, 20, 30 eller 40 cm längder. Med Nelaton- eller Tiemannspets. Katetern skall ha rätt längd och omkrets (Charrière).

iQCATH

Den trygga, säkra och hydrofila tappningskatetern med mjuk och flexibel kulspets som tar sig förbi hinder i urinröret.



iQ-Cath hydrofila tappningskatetrar med kulformad spets finns från Charrière 10 upp till 18 och i 43 cm längd.

HomeCath® och IQ-Cath® hydrofila tappningskate-
trar är bara ett par av många exempel ur Dolemas
sortiment som syftar till trygghet och ökad
livskvalitet för användaren.



201701 - Special Tryckboken 0708330364

DOLEMA AB
Bergkällavägen 27 A, 192 79 Sollentuna
Epost: info@dolema.com
Telefon: 08 - 446 15 06, Telefax: 08 - 446 15 07



inga är lika! – www.dolema.com