

TOISTO- KATETROINTIOPAS

– miehille

Virtsarakon tyhjentämiseen liittyviä ongelmia voi ilmetä kenellä tahansa milloin tahansa. Tämä opas on tarkoitettu virtsarakon tyhjenemisongelmista kärsiville ja henkilöille, jotka ovat saaneet LoFric-katetrin avuksi virtsarakon tyhjentämiseen.

Opas täydentää sairaalasta saamiasi ohjeita ja voit etsiä siitä myös muita yksittäistä tietoa. Alussa voit tuntea tarvetta virkistää muistiasi ja kerrata sairaalassa oppimaasi katetrointimenetelmää.

Toistokatetrointi on menetelmä, joka auttaa hallitsemaan virtsarakon tyhjennyso ongelmia. Menetelmällä on monia etuja. Se antaa sinulle enemmän vapautta hallita virtsarakon tyhjentämistä itse, puhtaalla ja miellyttävällä tavalla. Toivomme toistokatetroinnin helpottavan jokapäiväistä elämääsi ja parantavan elämänlaatuasi.



SISÄLTÖ

Mitä toistokatetrointi on.....	4
Syitä virtsarakon tyhjenemisongelmiin	5
Virtsatiet ja terveys.....	6
Miehen anatomia.....	7
Näin katetroit.....	8
LoFric – Valinta, johon voit aina luottaa	10
Hyvä tietää virtsakatetreista	11
Näin käytät LoFric-katetria	13
Näin käytät LoFric Origo-katetria	14
Näin käytät LoFric Hydro-Kit-katetria.....	16
Näin käytätLoFric Primo-katetria.....	17
Hyviä neuvoja ja vinkkejä.....	18
Tosielämän tarinoita.....	20
Miten toistokatetrointi voi ratkaista ongelmasi.....	21
Ympäristö ja kestävyys.....	22
Wellspect With You.....	23

MITÄ TOISTOKATETROINTI ON?

Toistokatetrointi tarkoittaa virtsarakon säännöllistä tyhjentämistä kertakäyttökateetriä käyttäen. Vaikka katetrointi voi aluksi tuntua hieman hankalalta, se on yksinkertainen ja turvallinen toimenpide eikä aiheuta kipua.

Toistokatetrointi

Toistokatetrointi on hoitomuoto, jossa katetri viedään virtsarakkoon ja virtsa virtaa ulos tyhjentäen virtsarakon täysin. Tämä auttaa virtsarakkoa tyhjenemään kokonaan. Kun virtsarakko on tyhjentynyt, katetri vedetään pois

ja hävitetään. Useimmat käyttäjät oppivat katetroimaan hyvin nopeasti. Pienen harjoittelun jälkeen se sujuu muutamassa minuutissa.^{1,2}

Katetrointi kuulostaa ehkä hieman pelottavalta, vaikealta tai ehkä vain epämurkavalta asialta. Mutta kuten kaikessa, tekee harjoitus tässäkin mestarin. Tuhannet ihmiset ympäri maailmaa katetroivat itsensä tavallisesti neljästä kuuteen kertaa joka päivä. Heidän mielestään toistokatetrointi ratkaisee monia ongelmia ja tekee elämästä helpompaa.

Toistokatetrointiin käytettävillä kertakäyttökateetreilla on useita hyviä ominaisuuksia.^{2,3}

- Ne suojaavat alempia ja ylempää virtsateitä.
- Virtsarakon tyhjeneminen kokonaan pienentää virtsatieinfektoiden riskiä.
- Elämänlaatu paranee virtsankarkailun ja voimakkaan virtsaamistarpeen vähenemisen myötä.

SYITÄ VIRTSAKON TYHJEN- NYSONGELMIIN

Monet sairaudet ja vammat voivat kohdistua virtsateihin ja vaikuttaa kykyyn tyhjentää virtsarakko. Vaikeudet vaihtelevat ja ne voidaan *jakaa kahteen ryhmään, virtsan varastointiin ja tyhjentämiseen.*

Vaikeudet virtsan varastoinnissa voivat tarkoittaa virtsan karkailua tai tiheää supistelua. Vaikeudet virtsarakon tyhjentymisessä voivat tarkoittaa, että virtsarakko

ei tyhjene lainkaan tai se voi tyhjentyä epätäydellisesti. Ei ole lainkaan epätavallista, että häiriöitä on sekä varastoinnissa että tyhjentymisessä.

Miehillä yleisin syy *virtsarakon tyhjentymättömyyteen* on neurologinen sairaus/vamma tai suurentunut eturauhanen. Kun eturauhanen alkaa kasvaa, mikä tapahtuu usein iän myötä, se voi puristaa virtsaputkea, jolloin virtsaaminen on vaikeaa tai mahdotonta.

Syitä voivat olla esimerkiksi

- Muutokset virtsateissä, esimerkiksi suurentunut eturauhanen.
- Este virtsateissä.
- Neurologinen sairaus, kuten esim. MS-tauti.
- Liian heikko virtsarakkolihas.
- Leikkauksen jälkeiset komplikaatiot.
- Vammat/sairaudet, esim. selkäydinvamma.
- Synnynnäinen epämuodostuma, esim. selkärankahalkio.
- Diabetes.

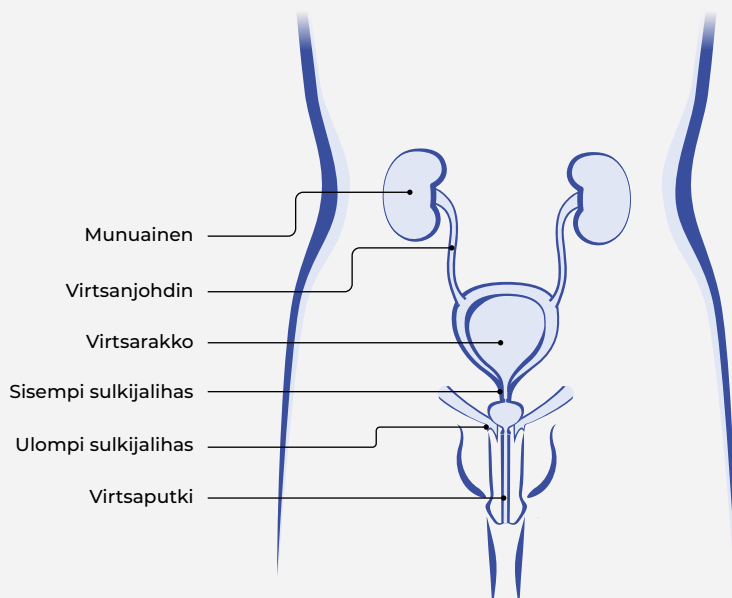
VIRTSATIET JA TERVEYS

Terveet ja toimivat virtsatiet ovat tärkeä osa hyvinvointiamme ja itse asiassa yksi elämän edellytyksistä.

Munuaisilla on kaksi päätehtävää: poistaa verestä kuona-aineita ja säädellä kehon suola- ja nestetasapainoa. Kuona-aineet poistuvat munuaisista virtsan muodossa. Sen jälkeen virtsa valuu virtsarakkoon, joka toimii keräyssäiliönä. Itse virtsarakko on oikeastaan suuri lihas, joka voi laajentua ja supistua kasaan.

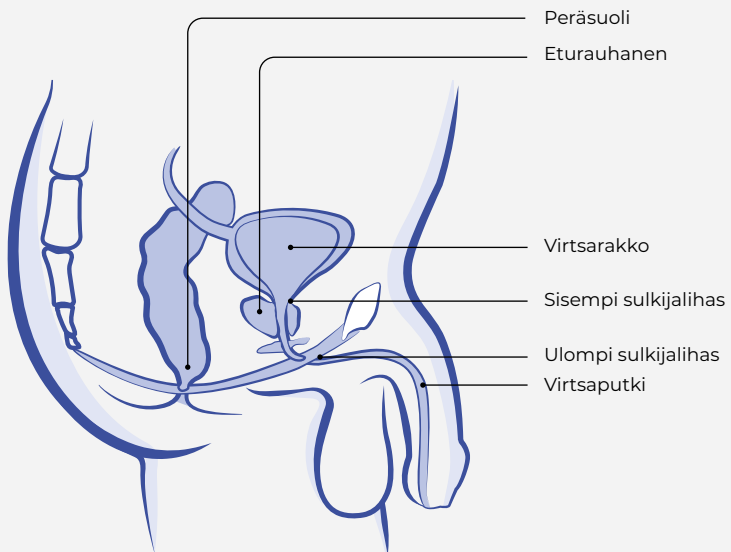
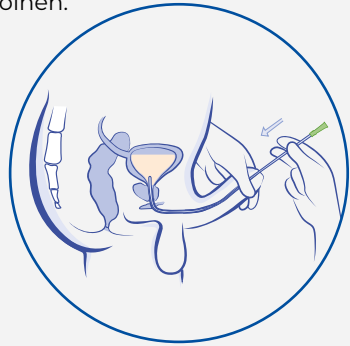
Virtsarakon supistuessa virtsa virtaa ulos virtsaputkeen, mutta sitä ennen virtsan täytyy ohittaa sulkielilihas, joka

sijaitsee virtsarakon alapuolella. Lihas toimii venttiilinä, joka on auki tai kiinni. Sen ollessa auki virtsa voi virrata ulos. Virtsarakon on tyhjennettävä virtsaamisen aikana kokonaan. Virtsan määrä vaihtelee yksilöllisesti, mutta yleensä virtsaa poistuu 200–400 ml kerralla ja 1–2 liter vuorokaudessa. Useimmat virtsaavat 4–6 kertaa päivässä.



MIEHEN ANATOMIA

Miehen virtsaputki on 20–25 cm pitkä ja S:n muotoinen. Katetri on paljon helpompi viedä sisään, jos penis nostetaan viistosti ylöspäin, kohti vatsaa, jolloin S oikenee U:n muotoiseksi.



Näin katetroit



①

Pese kädet saippualla ja vedellä sekä ennen katetointia että sen jälkeen. Vältä turhaa pintojen koskettelua sen jälkeen, kun olet pessyt kätesi.



②

Nosta penistä yläviistoon. Vie katetri hitaasti virtsaputkeen. Työnnä katetria kevyesti, mutta vakaasti, kunnes virtsa alkaa valua. Työnnä katetria sisään vielä pari cm lisää.



③

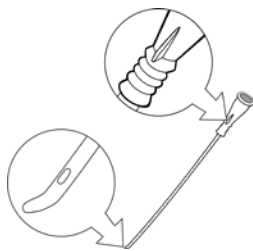
Laske penis normaaliasentoon, kun virtsa alkaa valua katetrin kautta.



④

Kun virtsaa ei enää valu katetrin kautta, vedä katetria hitaasti ulos. Jos virtsa alkaa valua uudelleen, odota kunnes virtsan tulo lakkaa, ennen kuin poistat katetrin. Nyt rakko on täysin tyhjä.

Kaarevakärkisellä Tiemann-katetrilla katetroiminen vaatii erityistä tekniikkaa.



①

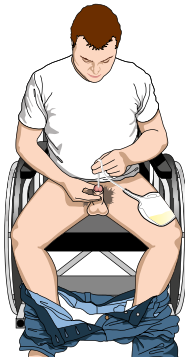
Huomaa kartiossa oleva merkki suhteessa katetrin kärkeen, kun viet katetria sisään virtsaputkeen. Siten varmistat, että katetrin kärki on oikeassa suunnassa katetroinnin aikana.



②

Varmista, että katetrin kärki osoittaa kasvoin päin/ylöspäin viedessäsi katetria sisään ja katetroinnin aikana.

Etsi itsellesi sopiva asento, ota tarvitsemasi apuvälineet valmiiksi esille



Jos istut pyörätuolissa ja katetroit, virtsapussista tai LoFric Hydro-Kit -katetrisetistä voi olla hyötyä.

Tässä vaihtoehdossa käytetään jatkoletkua ohjattuna suoraan wc-pönttöön. Letku pysyy paikoillaan, kun asetat sen wc-istuimen ja -renkaan väliin.

Skannaa QR-koodi
saadaksesi lisätietoja ja
nähdäksesi toistoka-
tetrointiin perehdyttäviä
videoita.



LOFRIC - VALINTA, JOHON VOIT AINA LUOTTAA

Käyttäjäystävälliset hydrofiiliset virtsakatetrit miellyttävään ja turvalliseen pitkäaikaiseen käyttöön.

LoFric – klassinen alkuperäistuote

LoFric® on perinteinen, hydrofiilinen ja matalakitkainen katetri. LoFricin hydrofiilisen pinnan aktivoimiseen tarvitaan puhdasta vettä.

LoFric Origo – käyttäjäystävällinen ja turvallinen, kätevässä pakkauksessa

LoFric® Origo™ on miesten katetri, joka on suunniteltu turvalliseen, hygieeniseen ja kätevään katetrointiin. Näppärä pakkaus voidaan helposti taittaa taskukokoon, jolloin LoFric Origo on huomaamaton ja yksinkertainen ottaa mukaan. LoFric Origo -katetrissa on liikkuva ja helppokäyttöinen asetin, joka mahdollistaa vakaan ja turvallisen katetroinnin.

LoFric Hydro-Kit – Kaikki samassa pakkauksessa - turvallinen ja yksinkertainen käyttää missä tahansa

LoFric® Hydro-Kit™ on täydellinen hydrofiilinen katetripakkaus. LoFric-katetrin, suolaliuosta sisältävän nestetyynyn ja keräysspussin ansiosta et tarvitse välttämättä lainkaan wc:tä etkä vesipistettä. LoFric Hydro-Kit tarjoaa vapauden ja varmuuden itsekatetrointiin missä tahansa. Katetri on valmis käytettäväksi heti aktivoinnin jälkeen.



*Koskee tuotteita LoFric Primo, LoFric Origo ja LoFric Hydro-Kit

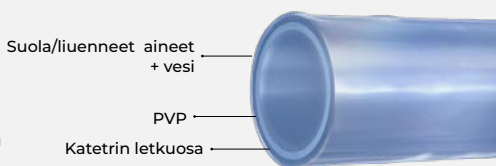
HYVÄ TIETÄÄ VIRTSAKATETREISTA

Toistokatetroinnin sujuva aloittaminen on tärkeää. Sen vuoksi on tärkeää valita katetri, joka sopii juuri sinun tarpeisiisi ja elämäntyyliisi.

Useimmat suosivat katetreja, joita on helppo käyttää ja jotka on helppo viedä virtsaputkeen. Aivan yhtä tärkeää kuin hyvä aloitus, on ajatella katetrintia pitkällä aikavälillä. Katetrin pintarakenteella on erittäin tärkeä merkitys sekä lyhyt- että pitkäaikaisessa käytössä. Virtsaputkeen kohdistuu rasite jokaisen katetroinnin yhteydessä, ajan kuluessa rasitus kertyy ja voi aiheuttaa komplikaatioita.

Sen vuoksi on alusta saakka hyvin tärkeää käyttää pienikitkaista katetria.

LoFric® -virtsakatetrissa on ainutlaatuinen ja tieteellisesti testattu pintarakenne, joka takaa katetrin liukkauden ja minimaalisen kitkan.



Katetrin ulompi pinta koostuu ohuesta PVP-kerroksesta, joka yhdessä oikeassa suhteessa lisätyn suolan/liuennet aineiden kanssa sitoo nesteen katetrin pintaan. Tämä varmistaa katetrin pinnan säilymisen liukkaana ja miellyttävänä koko katetroinnin ajan.



Nelaton Tiemann Flexible

Katetrin kärjet

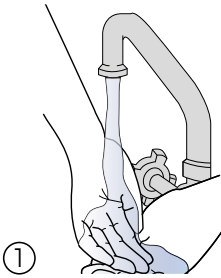
Nelaton: Suora katetri pyöreällä kärjellä. Sopii useimmille käyttäjille.

Tiemann: Suora katetri kaarevalla kärjellä. Voi olla paras vaihtoehto silloin, kun virtsaputkessa on jokin este tai esim. eturauhanen on suurentunut.

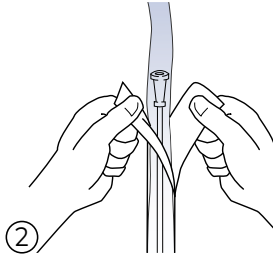
Flexible: Suora katetri pisarakärjellä. Kärjen muodon ja joustavuuden ansiosta liukuu helpommin virtsaputkessa varsinkin jos virtsaputkessa on jokin este tai esim. eturauhanen on suurentunut.



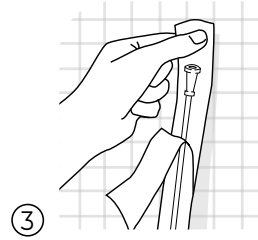
Näin käytät LoFric-katetria



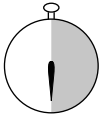
① Aloita pesemällä kätesi saippualla ja vedellä.



② Avaa pakkaus vetämällä repäisyliuskat erilleen noin 5-6 cm:n pituudelta. Valuta vettä pakkaukseen. Tavallinen vesijohtovesi käy hyvin.

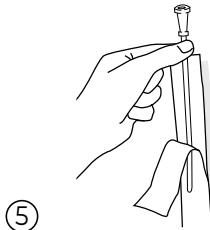


③ Pakkauksessa on tarra. Irrota sininen suojapaperi ja kiinnitä pakkaus sopivaan kuivaan pintaan.

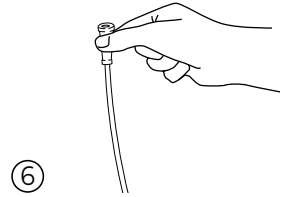


**+30
sek**

④ Anna katetrin olla vedessä 30 sekunnin ajan samalla, kun valmistaudut katetrointiin.



⑤ Katetri on käyttövalmis 30 sekunnin kuluttua.



⑥ Katetroi saamiesi ohjeiden mukaan. Katetroituasi heitä katetri talousroskiin.

Näin käytät LoFric Origo-katetria



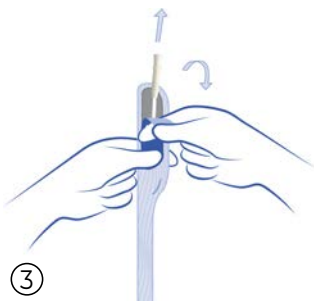
①

Aloita pesemällä kätesi saippualla ja vedellä.



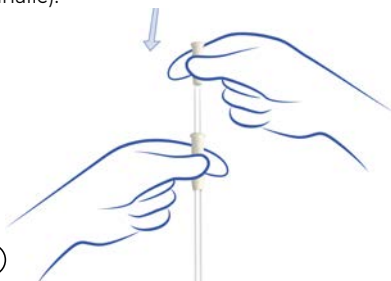
②

Välitön aktivointi. Tarvitaan vain kevyt puristus (tai taita ja purista) ja LoFric Origo on aktivoitu suolaliuoksella. (Valinnaista: Voit ripustaa katetripakkauksen takaosan tarralapun avulla kuivalle ja puhtaalle pinnalle).



③

Vedä avausliuskasta avataksesi pakkauksen.



④

Liikuteltava asetin takaa paremman otteen, ilman että katetrin letkuosaan tarvitsee koskea paljain käsin.



⑤

Laita katetri takaisin pakkaukseen ja hävitä kotitalousjätteen mukana.

Skannaa QR-koodi
saadaksesi lisäohjeita
LoFric Origo
käytöstä.



Näin käytät LoFric Origo Sleeve-katetria



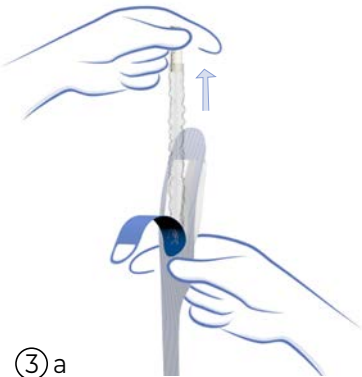
①

Aloita pesemällä kätesi saippualla ja vedellä.



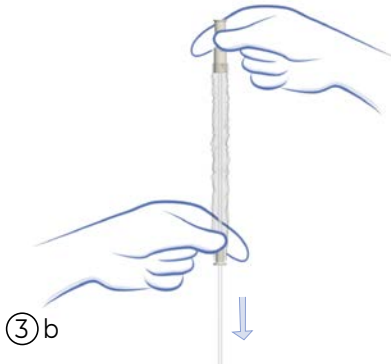
②

Purista tai paina nestetaskua suolaliuoksen vapauttamiseksi ja katetri on heti käyttövalmis. Avaa vetämällä avausliuskan lenkin avulla alaspäin. (Valinnaista: Voit ripustaa katetripakkauksen takaosan tarralapun avulla kuivalle ja puhtaalle pinnalle).



③ a

Vaihtoehto a: Avaamisen jälkeen, purista varovasti ja pidä kiinni hygieniasuojassa olevasta asettimesta, jolloin hygieniasuoja automaattisesti asettuu katetrin letkuosan ympärille, kun otat katetrin pois. Käytä hygieniasuojaa ohjaamaan asettamista ilman, että katetrin letkuosaan tarvitsee koskea paljain käsin.



③ b

Vaihtoehto b: Poista katetri pakkauksesta. Vedä hygieniasuoja alas asti niin, että se asettuu katetrin letkuosan ympärille. Käytä hygieniasuojaa ohjaamaan asettamista ilman, että katetrin letkuosaan tarvitsee koskea paljain käsin.

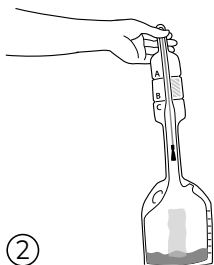
Skannaa QR-koodi
saadaksesi lisäohjeita
LoFric Origon
käytöstä.



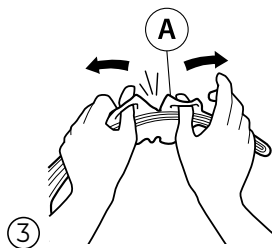
Näin käytät LoFric Hydro-Kit-katetria



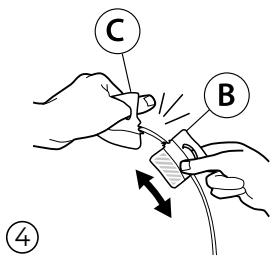
① Pidä tuote pystyasennossa. Taita nesteyynyä ja purista. Anna suolaliuoksen valua alas katetriin.



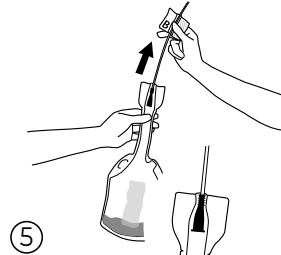
② Käännä tuote ylösalaisin ja anna suolaliuoksen valua keräyspussiin.



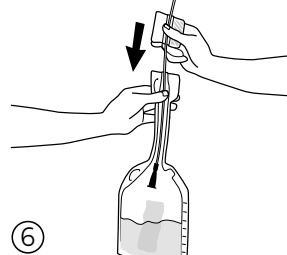
③ Repäise lenkkien avulla kohdasta "A" paljastaaksesi katetrin kärkiosan.



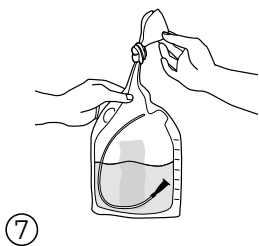
④ Käytä avaamiseen lenkkejä kohdassa "B/C". Käytä pakkauksen osaa "B" asettimena.



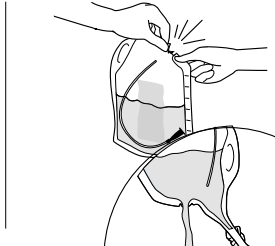
⑤ Vedä katetria varovasti ulos pakkauksesta, kunnes liitinkartio lukkiutuu paikoilleen varmistaen pitävän liitoksen katetrin ja keräyspussin välillä. Katetroi.



⑥ Työnnä katetri takaisin keräyspussiin.



⑦ Ennen kuin heität tuotteen roskeen, tyhjennä pussi sen kaulan kautta tai solmi pussin suu ja tyhjennä pussi repäisykohdan kautta. Voit myös solmia pussin ja hävittää sen sellaisenaan.



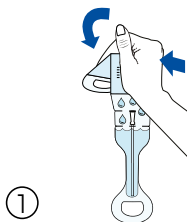
Skannaa QR-koodi saadaksesi lisäohjeita LoFric Hydro-Kitin käytöstä.



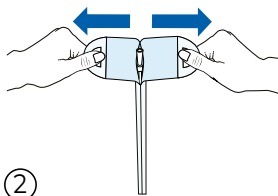
Näin käytät LoFric Primo-katetria

Katetripakkaus voidaan avata kahdella eri tavalla – sisäänvientiapua hyväksikäyttäen tai ilman

Avausvaihtoehto 1

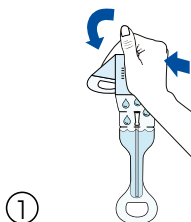


1 Pidä tuote pystyasennossa, jotta neste valuu nestepussin alaosaaan. Taita ja purista nestepussia niin, että neste valuu alas katetriin. Tämän jälkeen katetri on heti käyttövalmis.

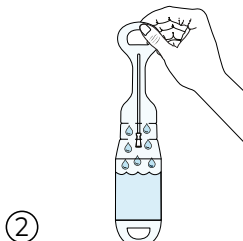


2 Vedä pakkaus auki. Tartu pakkauksessa nestepussin yläpuolella oleviin lenkkeihin kummallakin kädellä. Vedä, kunnes katetri tulee näkyviin. Katetri on valmis käytettäväksi.

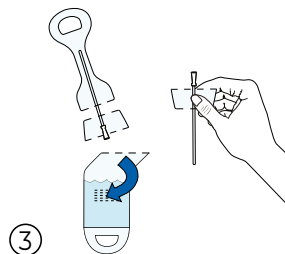
Avausvaihtoehto 2



1 Pidä tuote pystyasennossa, jotta neste valuu nestepussin alaosaaan. Taita ja purista nestepussia niin, että suolaliuos valuu alas katetriin. Katetri on tämän jälkeen heti käyttövalmis.



2 Kääntelee pakkausta ylös ja alas niin, että suolaliuos valuu takaisin nestepussiin.



3 Irrota nestepussi repäisemällä liuska A. Vinkki! Irrota liuska ensin puoliväliin asti, käännä pakkaus ja repäise sitten toinen puoli irti. Repäise liuska B samalla tavoin kuin liuska A. Käytä jäljelle jäänyttä osaa sisäänvientiapuna.

Skannaa QR-koodi saataksesi
lisäohjeita LoFric Primon
käytöstä.



HYVIÄ NEUVOJA JA VINKKEJÄ

Juominen

Keho tarvitsee yleensä 1,5-2 litraa nestettä päivittäin. Nautittu nestemäärä lisää virtsaneritystä ja se puolestaan vähentää riskiä saada virtsatieinfektio.

Jätteiden lajittelu

- Kuljetuspakkaus ja katetrilaatikko lajitellaan kartonkijätteisiin
- LoFric Origo- ja Primo -katetrin pakkaus lajitellaan muovijätteisiin
- LoFric Hydro-Kit -katetri lajitellaan käytetynä poltettaviin talousjätteisiin
- LoFric Classic -katetrin pakkaus voidaan lajitella jakaa paperijätteisiin ja muovijätteisiin

Itse katetri on lajiteltava poltettaviin talous-jätteisiin, koska se on katetroinnin yhteydessä ollut kosketuksessa kehon eritteen kanssa. Sama koskee pakkauksia, jotka ovat olleet kosketuksissa kehon eritteen kanssa.

Ennen katetrointia

Jos mahdollista, yritä virtsata tavalliseen tapaan ennen kuin aloitat katetroinnin. Rentouta lantionpohjan lihakset ja yritä olla käyttämättä vatsalihaksia.

Katetrointikertojen määrä

Uroterapeutti/sairaanhoitaja määrittelee, kuinka usein sinun tulisi katetroida, mutta useimmiten 4-6 kertaa/päivä. Tämä kuitenkin vaihtelee eri henkilöillä riippuen siitä, mistä virtsarakko-ongelmasta on kyse, kuinka paljon nestettä nautitaan, kuinka suuri on virtsan erityys ja pystyykö virtsarakon tyhjentämään osittain spon-taanisti. Pääsääntöisesti rakossa ei tulisi olla yli 400 ml virtsaa. Komplikaatioiden välttämiseksi on tärkeää noudattaa ohjeita, joita saat opetuksen yhteydessä.

Virtsarakko kokonaan tyhjäksi

Kun virtsaa ei enää valu katetrasta, vedä katetria hitaasti ulos. Jos virtsa alkaa valua uudelleen, odota kunnes virtsan tulo lakkaa, ennen kuin poistat katetrin. Nyt virtsarakko on täysin tyhjä. Yritä saada virtsarakko kokonaan tyhjäksi. Mikäli virtsarakkoon jää katetroinnin jälkeen virtsaa, on suurempi riski saada virtsatieinfektio.

Vaikeuksia katetrin sisäänvienti- nissä

Jos olet jännittänyt katetroidessasi, voi sulkijalihas virtsaputken ympärillä supistua ja vaikeuttaa katetrin sisäänvientiä. Älä työnnä katetria liian nopeasti. Ota hyvä asento, yskäise ja rentoudu. Yritä viedä katetri rakkoon uudelleen. Alussa voi esiintyä pientä verenvuotoa virtsaputkessa tai katetrin pinnassa. Tämä johtuu usein virtsaputken ärsytyksestä. Kokeumus on osoittanut, että tämä loppuu nopeasti, mutta jos tunnet olosi epävarmaksi, ota yhteyttä uroterapeuttiin/sairaanhoitajaan.

Virtsatietulehdukset

Toistokatetroijilla on yleisesti kohonneet bakteerimäärät virtsassa. Jos sinulla on virtsatieinfektion oireita, kuten kuumetta, kipua virtsatessa, tihentynyttä virtsaamistarvetta, selkäkipuja tai verta virtsassa, ota yhteyttä lääkäriin tutkimusta varten. On tärkeää ottaa virtsanäyte, jos epäillään virtsatietulehdusta.

Antibioottien käyttäminen on hyvä vain silloin, kun on kyse oireisesta virtsatietulehduksesta eikä vain virtsan kohonneen bakteeripitoisuuden takia. Näin pystytään välttämään entistä vastustuskykyisempien bakteerien synty.

Matkalla

Ota kotoa mukaan tarvittavat katetrit ja apuvälineet. Matkatavaroiden häviämisen matkalla ei valitettavasti ole harvinaista, joten varaa aina riittävä määrä katetreja muutamaksi päiväksi käsimatkatavaroihin. Turvatarkastuksen helpottamiseksi voit pyytää matkatodistuksen (apuvälinetodistus) uroterapeutilta/sairaanhoitajalta tai ottaa yhteyttä meihin Wellspectissä.

Hyvä hygienia

Alapesu suositellaan tehtäväksi kerran päivässä. Yleisessä wc:ssä katetroidessasi käytä käsidesiä ennen katetrintia.



Tilaa matkatodistus (apuvälinetodistus)
verkkosivuiltamme wellspect.fi

TOSIELÄMÄN TARINOITA

LOFRIC ORIGON KÄYTTÄJÄ, 82 VUOTTA:

"Minulla oli ollut ongelmia virtsaamisen kanssa jo useita vuosia. Aluksi oireet olivat epämääräisiä, kuten heikko virtsasuihku ja vaikeuksia aloittaa virtsaaminen. Ongelmat kuitenkin lisääntyivät vuosien mittaan ja tulivat yhä selvemmiksi.

Jouduin käymään usein wc:ssä ja oli hankalaa kun menimme vaimoni kanssa elokuviin tai teatteriin. Minun piti muistaa käydä wc:ssä juuri ennen esitystä, jotta en joutuisi käymään wc:ssä kesken esityksen.

Lääkäriin epäili, että jokin on vialla, kun kerroin hänelle, että tunsin myös painetta vatsan päällä. Hän mittasi jäänösvirtsan ja virtsarakossani oli jäljellä 600 ml! Minulla oli jonkin aikaa ensin kestopkatetri, jonka jälkeen sain kokeilla kertakatetria. Ensin kokeilin katetria,

jossa oli suora kärki, mutta se sattui. Kun jatkoin toistokatetrointia kotona. Sitten uroterapeutti ehdotti katetria, jossa on kaareva kärki (Tiemann-kärki).

Katetrointi toimii nyt hyvin. Käytän ensisijaisesti LoFric Primoa, mutta myös LoFric Origoa, kun olen ulkona luonnossa tai matkoilla. Toistokatetrointi ei poikkea paljon normaalista wc-käynnistä muuten kuin, että minun on tietenkin muistettava pitää katetrit aina mukanaani."

LOFRIC ORIGON JA LOFRIC HYDRO-KITIN KÄYTTÄJÄ

"Viimeiset 15 vuotta olen käyttänyt LoFric-tuotteita päivittäin. Niiden avulla voin elää elämäni huolehtimatta toistokatetroinnista - se vain toimii!

Päivittäiseen käyttöön käytän LoFric Origoa huomaamattomalla pakkauksella, jonka ansiosta katetrit on helppo ottaa mukaani. Tanskan maajoukkueen pyöräilijänä matkustan noin 15 viikkoa vuodessa ulkomaille kilpailu- ja harjoitusleireille. Näillä matkoilla käytän aina LoFric Hydro-Kitiä.

Integroitu katetri ja pussi sekä pieni pullo käsidesiä tekevät katetrin käytöstä helppoa, turvallista ja hygieenistä julkisessa WC:ssä ja lentokoneissa. Sama pätee silloin, kun minulla on 5 tunnin pituiset pyöräilyharjoitukset. Silloin on tärkeää, että minulla on yksinkertainen ja hygieeninen ratkaisu toistokatetroinnille, ja silloin LoFric Hydro-Kit on ensimmäinen valintani."



MITEN TOISTOKATETROINTI VOI RATKAISTA ONGELMASI?

Elämänlaadun paraneminen

Kun virtsatieinfektioiden riski saadaan pieneneään ja/tai virtsankarkailu hallintaan, myös potilaan elämänlaatu paranee. Sinun ei tarvitse huolehtia hajuhaluista tai määristä vaatteista. Pystyt hallitsemaan tilannetta paremmin, ja samalla elämänlaatusi paranee. Kun virtsarakko tyhjenee täysin, wc:ssä tarvitsee käydä harvemmin. Sinun ei tarvitse nousta sängystä monta kertaa yössä tyhjentämään virtsarakkoa, vaan nuket paremmin. Myös päivisin wc-käyntejä on vähemmän ja aikaa jää enemmän muuhun.

Virtsankarkailun ja tihentyneen virtsaamistarpeen ehkäisy

Kun tyhjennät virtsarakon kokonaan ja säännöllisesti, voit välttää virtsankarkailun ja voimakkaan virtsaamisen tarpeen. Ylitäyttynyt virtsarakko saattaa aiheuttaa virtsankarkailua. Jos virtsarakko ei ole täysin tyhjä, pienikin määrä lisää virtsaa voi aiheuttaa tarpeen käydä uudelleen wc:ssä.

Virtsatieinfektoriskin vähentäminen

Virtsatieinfektioiden riski pienenee, kun virtsarakko tyhjenetään täysin. Virtsatieinfektioiden ehkäisyyn kannalta on tärkeää tyhjentää virtsarakko säännöllisesti ja kokonaan.

Virtsarakon toimintakyvyn palauttaminen

Virtsarakon säännöllisen tyhjentämisen avulla voidaan sen toimintakyky joskus palauttaa normaaliksi. Kaikkien kohdalla se ei ole mahdollista, mutta osalla ihmisistä ja tiettyjen sairauksien kohdalla se voi harjoittelun myötä onnistua.

Ajansäästö

Osa potilaista joutuu istumaan wc:ssä kauan saadakseen virtsarakon tyhjenettyä tai lähtemään wc:hen uudestaan lähes heti edellisen virtsaamisen jälkeen. Toistokatetrointiin menee vain muutama minuutti, ja sen avulla virtsarakko tyhjenee kokonaan.

YMPÄRISTÖ JA KESTÄVYYS

Me Wellspectillä pyrimme vaikuttamaan aidosti, nyt ja tulevaisuudessa. Haluamme, että toimintamme parantaa käyttäjemme elämänlaatua, mutta ei maapallon kustannuksella. Kertakäyttötuotteiden valmistajana olemme tietoisia suuresta vastuustamme. Kun kehitämme uusia tuotteita, keskitymme minimoimaan hiilijalanjälkemme prosessin aikana.



Vihreämpi pinta

Olemme parantaneet LoFricin pinnoitusprosessia tuotantolaitoksessamme Ruotsissa*.

Uusi prosessi kuluttaa 98% vähemmän vettä ja tuottaa mahdollisimman vähän jätevettä. Se kuluttaa myös vähemmän kemikaaleja ja käyttää 100% biopohjaisia ja kierrätettäviä liuottimia. Pinnoite on kliinisesti testattu ja validoitu yhtä laadukkaaksi ja turvallisiksi kuin aiemminkin.



Maailman ensimmäinen ympäristömerkitty kertakatetri*

Joutsenmerkki on virallinen pohjoismainen ympäristömerkki. Saadakseen Joutsenmerkin tuotteen on täytettävä tiukat ympäristövaatimukset. Näitä ovat mm. erityyppisten kemiallisten aineiden rajoitukset ja kiellot sekä tuotannossa että tuotteessa.

Joutsenmerkki helpottaa käyttäjiä tekemään hyvän ympäristövalinnan katetria valitessaan.



3098 0002

* Koskee tuotteita LoFric Elle, LoFric Sense, LoFric Hydro-Kit, LoFric Primo ja LoFric Origo.

WELLSPECT WITH YOU

Kun valitset Wellspectin, saat paljon muutakin kuin vain korkealaatuisia tuotteita. Wellspect With You on laaja palveluvalikoimamme, joka antaa sinulle vastauksia ja tukea joka vaiheessa.

Riippumatta siitä, käytätkö itse tuotteitamme vai kaipaanko tukea perheenjäsenellesi, voit saada apua nopeasti verkossa, puhelimitse tai henkilökohtaisesti. Tarjoamme laajan valikoiman palveluita aina henkilökohtaisesta tuesta ja asiakaspalvelusta koulutukseen.

Wellspect With You -palvelun kautta olemme täällä, kun tarvitset meitä, mutta perimmäinen tavoitteemme on auttaa sinua unohtamaan huolesi - ja yksinkertaisesti elämään elämääsi.



Skannaa QR- koodi lukeaksesi lisää WELLSPECT WITH YOU-palvelusta.

LISÄTIETOJA HYVÄÄN ALKUUN

- Lue lisää kehosta ja erilaisista diagnooseista
- Tutustu toistokatetrointiin LoFricin avulla
- Tutustu suolihuuhteluun Navinan avulla
- Katsele opastusvideoita
- Tutustu henkilökohtaisiin tarinoihin

Kaiken tämän ja paljon muuta löydät verkkosivuiltamme:

wellspect.fi

Ota yhteyttä

Jos haluat tietää lisää tai sinulla on kysyttävää LoFric- ja Navina-tuotteista tai käyttäjätukiohjelmastamme, ota yhteyttä asiakaspalveluumme **puh. 09 867 6160**.



Skannaa QR-koodi lukeaksesi lisää tuotteistamme ja palveluistamme.

Viitteet

1. Li L et al. Arch Phys Med Rehab. 2013;94:782–7.
2. Vahr S et al. EAUN guideline urethral intermittent catheterization. EAUN 2013.
3. Lamin E, Newman DK. Int Urol Nephrol. 2016;48(6):931-941 .

Me Wellspectillä kehitämme innovatiivisia kontinenssihoitoratkaisuja, jotka parantavat suolen ja rakon toimintahäiriöistä kärsivien elämänlaatua. Sen lisäksi, että tuotteemme edistävät käyttäjiensä terveyttä ja hyvinvointia, ne myös vahvistavat heidän itseluottamustaan ja riippumattomuuttaan. LoFric®- ja Navina™-tuotemerkkiemme ansiosta olemme olleet alan johtava valmistaja jo yli 40 vuoden ajan. Pyrimme aina minimoimaan tuotteidemme ympäristövaikutukset, ja intohimoisena tavoitteenamme on saavuttaa ilmastoneutraalius. Työskentelemme yhdessä tuotteidemme käyttäjien ja terveydenhuollon ammattilaisten kanssa parantaaksemme hoitotuloksia kestäväällä tavalla, nyt ja tulevaisuudessa.

Wellspect. A Real Difference.

Lisätietoja tuotteistamme ja palveluistamme saat verkkosivustolta Wellspect.fi.

Osallistu keskusteluun Facebookissa, Instagramissa ja LinkedInissä.

wellspect.fi

Wellspect Oy, Miestentie 9 C, 02150 Espoo. Puhelin 09 867 6160.

LoFric



Manufacturer: Wellspect HealthCare, Aminogatan 1, P.O. Box 14, SE-431 21 Mölndal, Sweden.
Phone: +46 31 376 40 00. www.wellspect.com

