

A photograph of a man with grey hair, glasses, and a beard, wearing a green t-shirt, smiling and talking to another man who is seen from the back, sitting in a wheelchair. The background is a bright, blurred indoor setting.

SELKÄYDIN-
VAMMAAN LIITTYVÄT
VIRTSARAKON JA
SUOLISTON
TOIMINTAHÄIRIÖT

- miehille

Tämä esite täydentää terveydenhuollosta saamiasi tietoja siitä, kuinka selkäydinvamma tai -sairaus vaikuttaa virtsateiden ja suoliston toimintaan. Esitteessä käsitellään etenkin omatoimista toistokatetrointia ja suolihuuhtelua sekä niiden hyödyllisiä vaikutuksia.

Kiitämme pohjoismaisia uroterapeutteja ja sairaanhoitajia avusta faktojen tarkistamisessa.



SISÄLLYSLUETTELO



Virtsateiden toiminta selkäydinvamman yhteydessä.....	4
Virtsatiet ja terveys	6
Hoito.....	7
Tietoa omatoimisesta toistokatetroinnista.....	8
Tietoa virtsakatetreista.....	9
Näin katetroit omatoimisesti.....	10
LoFric - valinta, johon voit aina luottaa	12
Näin käytät LoFric-katetria	13
Näin käytät LoFric Origo -katetria	14
Näin käytät LoFric Hydro-Kit -katetria	15
Näin käytät LoFric Primo -katetria	16
Virtsatieinfektiot	17
Hyviä neuvoja ja vinkkejä.....	18
Miten toistokatetrointi voi ratkaista ongelmasi?.....	19
Tosielämän tarinoita.....	20
Tarkistuslista ennen omatoimisen toistokatetroinnin aloittamista.....	21



Suoliston toiminta selkäydinvamman yhteydessä.....	22
Ruoansulatuskanavan toiminta.....	23
Hoito.....	25
Tietoa suolihuuhtelusta.....	26
Navina - lisää riippumattomuutta.....	28
Tosielämän tarina.....	30
Lisätietoja hyvään alkuun.....	31



VIRTSATEIDEN TOIMINTA SELKÄYDINVAMMAN YHTEYDESSÄ?

Selkäydin on suunnilleen sormen paksuinen ja hyvin herkkä. Se sijaitsee nesteen täyttämässä kanavassa selkärangan sisällä. Selkäytimessä on soluja, jotka lähettävät ja vastaanottavat signaaleja koko kehon alueelta. Näiden signaalien ansiosta voimme muun muassa liikuttaa käsivarsia, jalkoja ja kehon muita lihaksia. Nämä signaalit myös ohjaavat kehon valmiutta tyhjentää virtsarakko ja suoli.

Selkäydinvammassa yhteys aivojen ja virtsarakon välillä on kokonaan tai osittain toimimaton (sen mukaan, onko vamma täydellinen vai osittainen). Tästä aiheutuu usein virtsarakon täyttymis- ja tyhjennysvaiheen toimintahäiriö. Lisäksi tämä vaikuttaa kykyyn tyhjentää virtsarakko tahdonalaisesti. Selkäydinvaurioita seuraa aluksi selkäytimen sokkivaihe (spinaalisokki). Se on tila, jossa refleksit lamaantuvat vammatason alapuolelta. Toiminta palautuu muutaman viikon tai kuukauden kuluttua.

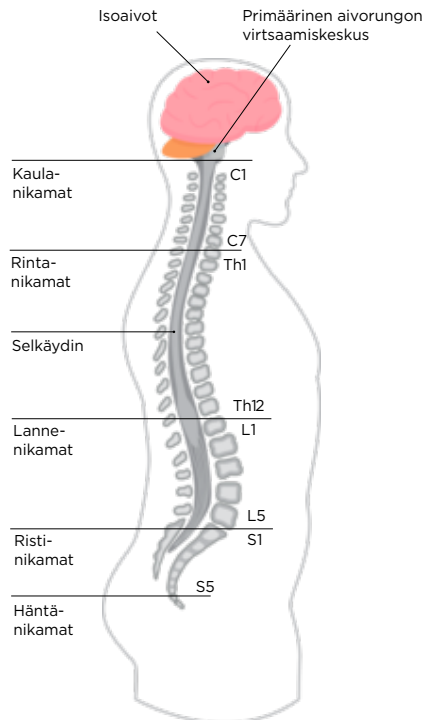
Virtsarakon toimintahäiriöt jaotellaan yleensä sen mukaan, onko virtsarakko **yliaktiivinen** vai **aliaktiivinen**.

Yliaktiivinen virtsarakko voi kehittyä korkean selkäydinvamman yhteydessä. Tämä tarkoittaa, että vammataso on 12. rintaniikaman (Th12) yläpuolella.

Virtsarakon paine on korkea, mutta virtsarakon tyhjentyminen vaikeutuu koska rakon

ja virtsaputken lihakset eivät toimi yhteistyössä. Pitkällä aikavälillä tästä voi aiheutua munuaisvaurioita.

Mikäli selkäydinvaurio sijaitsee 12. rintaniikamassa (Th12) tai sen alapuolella, seurauksena voi olla **aliaktiivinen** virtsarakko. Virtsarakon paine on silloin niin alhainen, ettei rakko pysty supistumaan tyhjentymistä varten. Myös virtsaputken lihas on heikko.



Selkäydinvammasta aiheutuvat virtsarakon toimintahäiriöt jaetaan kahteen pääryhmään vammatason mukaan.

Yliaktiivinen virtsarakko

Selkäytimen sokkivaiheen jälkeen Th12-nikaman yläpuolisessa selkäydinvammassa voi kehittyä ns. spastinen rakko.

Tuntomerkit:

- Täydellisen vamman yhteydessä rakon täyttymisen tai virtsaamistarpeen tunnetta ei ole.
- Osittaisen vamman yhteydessä virtsaamistarpeen tunnetta voi usein esiintyä, vaikka itse tarve voi ilmetä eri tavalla kuin ennen vammaa.
- Virtsarakko voi supistua tahdosta riippumatta, ja rakkolihaksella on edelleen tyhjennysvoimaa. Tästä voi aiheutua tahatonta virtsankarkailua (refleksirakko). Virtsarakon tilavuus pienenee.
- Jäännösvirtsa: virtsarakon supistumiskyky ei riitä rakon täydelliseen tyhjentymiseen, jolloin seurauksena voi olla virtsankarkailua ja virtsatietulehduksia.
- Kun virtsarakko supistelee, mutta virtsaputki ei avaudu (rakkolihaksen ja sulkijalihaksen dyssynergia), rakon paine nousee. Tällöin vaarana on, että virtsa virtaa takaisin munuaisiin (refluksi).

Aliaktiivinen virtsarakko

Yhteys keskushermostoon on katkennut. Tämä tarkoittaa virtsarakon ja selkäytimen välisen refleksikaaren katoamista.

Tuntomerkit:

- Täydellisen vamman yhteydessä virtsarakon täyttymisen tai virtsaamistarpeen tunnetta ei ole.
- Rakkolihaksella on vain vähän tai ei lainkaan tyhjennysvoimaa, joten rakkoon jää runsaasti virtsaa.
- Virtsarakko on usein liian täynnä.
- Jäännösvirtsa voi aiheuttaa virtsankarkailua ja virtsatietulehduksia.
- Sulkijalihaksen paine on usein vähäinen, jolloin seurauksena voi olla virtsankarkailua, kun lihakseen kohdistuu painetta esimerkiksi ponnistuksen, yskimisen tai aivastamisen yhteydessä.

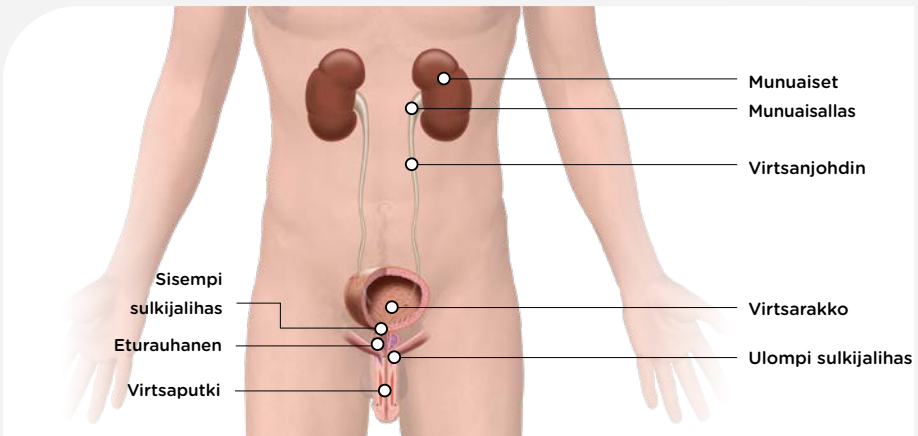
VIRTSATIET JA TERVEYS

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 vesitasapainoa. Kuona-aineet erittyvät virtsaan. Tämän jälkeen virtsa virtaa virtsarakkoon, joka toimii keräyssäiliönä. Itse rakko on oikeastaan suuri lihas, joka pystyy laajenemaan ja supistumaan.

Kun virtsarakko tyhjenee, on virtsan ensin ohitettava sulkijalihäs.

Tämä virtsarakon alapuolella sijaitseva lihas toimii varaventtiilinä, joka on joko auki tai kiinni. Sen ollessa auki virtsa pääsee virtaamaan ulos. Virtsarakon tyhjennystä ohjaa keskushermosto. Se perustuu tahdonalaisen ja tahdosta riippumattoman hermoston yhteistyöhön. Virtsan määrä vaihtelee yksilöllisesti, mutta yleensä virtsaa poistuu 200–400 ml kerralla ja 1–2 litraa vuorokaudessa. Normaalisti ihminen virtsaa 4–8 kertaa vuorokaudessa.



HOITO

Virtsarakon tyhjentäminen katetrilla

Virtsarakon katetrointi on sopiva hoitomuoto, jos rakko ei tyhjene kokonaan virtsaamisen jälkeen. Hoitomenetelmiä on kaksi: omatoiminen toistokatetrointi ja kestokatetri. Omatoiminen toistokatetrointi on ensisijainen hoitomuoto. Siinä virtsarakko tyhjenetään säännöllisesti käyttämällä hydrofiilista kertakäyttökatetriä.

Omatoimisen toistokatetroinnin hyötyjä

Omatoimisesta toistokatetroinnista on monenlaista hyötyä kestokatetriin verrattuna. Virtsatietulehdusten riski pienenee ja virtsatiet pysyvät normaaleina, joten myös tulehdusten ja munuais toiminnan heikentymisen riski pienenee. Omatoimisen toistokatetroinnin tavoitteena on tyhjentää virtsarakko

säännöllisesti kokonaan. Tämä ehkäisee virtsatietulehduksia, virtsankarkailua ja tihentynyttä virtsaamistarvetta.

Omatoimisen toistokatetroinnin käyttö parantaa mahdollisuutta seksuaalisesti aktiiviseen elämään.

Kestokatetri

Kestokatetri

Katetri viedään virtsarakkoon virtsaputken kautta. Kestokatetri asetetaan useimmiten heti vammautumisen jälkeen, ja se pyritään poistamaan niin pian kuin mahdollista.

Suprapubinen katetri

Katetri viedään virtsarakkoon vatsanpeitteiden kautta. Etuna on, että katetri ei ole virtsaputkessa ja se mahdollistaa omatoimisen toistokatetroinnin harjoittelun. Käytetään, kun omatoiminen toistokatetrointi ei ole mahdollista.

Omatoimiseen toistokatetrointiin käytettävillä kertakäyttökatetreilla on useita hyviä ominaisuuksia. Esimerkiksi:

- Ne suojaavat alempia ja ylempiä virtsateitä.
- Virtsarakon täydellinen tyhjeneminen pienentää virtsatieinfektioiden riskiä.
- Elämänlaatu paranee virtsankarkailun ja tihentyneen virtsaamistarpeen vähenemisen myötä.

TIETOA OMATOIMISESTA TOISTOKATETROINNISTA

Omatoiminen toistokatetrointi tarkoittaa virtsarakon säännöllistä tyhjentämistä kertakäyttökateetrilla. Menetelmä on tehokas sekä virtsan pidättämiseen että virtsarakon tyhjentämiseen liittyvissä vaikeuksissa. Vaikka katetrointi voi aluksi tuntua hieman hankalalta, se on yksinkertainen ja turvallinen toimenpide eikä aiheuta kipua.

Omatoiminen toistokatetrointi

Omatoimisessa toistokatetroinnissa virtsarakkoon viedään säännöllisesti katetri, jonka kautta kaikki virtsa virtaa ulos. Tämä auttaa rakkoa tyhjenemään kokonaan. Kun virtsarakko on tyhjä, katetri vedetään ulos ja hävitetään. Useimmat käyttäjät oppivat hyvin nopeasti katetroimaan. Pienen harjoittelun jälkeen se sujuu muutamassa minuutissa.

Tämä saattaa kuulostaa hieman pelottavalta, vaikealta tai kenties epämuikavalta. Mutta kuten kaikessa muussakin, harjoittelu tuo varmuutta. Tuhannet miehet, naiset ja lapset kaikkialla maailmassa katetroivat itsensä päivittäin. He kokevat, että omatoiminen toistokatetrointi ratkaisee useita ongelmia ja tekee elämästä helpompaa. Lisäksi se ehkäisee munuaisvaurioita ja virtsatietulehduksia.

Kuinka usein?

Katetrointikertojen määrä vaihtelee virtsan määrän mukaan. Virtsan määrä ei saisi olla 400 ml:aa enempää kerrallaan. Tutkimukset osoittavat, että pitkien katetrointivälien ja virtsan bakteeriesiintymien välillä on yhteys. Katetrointikertojen määrä vaihtelee yksilöllisesti ja on riippuvainen nautitusta nestemäärästä. Tavallisesti katetroidaan 4–6 kertaa päivässä, harvoin öisin.

Hoidon tavoitteet

- Refluksin ja munuaisvaurioiden ehkäiseminen
- Komplikaatioiden, kuten suuren jäännösvirtsan määrän tai virtsatietulehdusten ehkäiseminen
- Elämänlaadun parantaminen virtsankarkailun ja tihentyneen virtsaamistarpeen lievittymisen myötä

HYVÄ TIETÄÄ VIRTSAKATETREISTA

Katetroinnin sujuva aloittaminen on tärkeää. Tämä on oleellista myös itsekatetroinnissa. 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 katetrointia pitkällä aikavälillä. Katetrin pintarakenteella on erittäin tärkeä merkitys sekä lyhyettä pitkäaikaisessa käytössä. Virtsaputki rasittuu jokaisen katetroinnin yhteydessä. Sitä ei välttämättä aluksi huomaa, mutta ajan kuluessa rasitus kertaantuu ja voi aiheuttaa vakavan komplikaation.

Sen vuoksi on alusta saakka hyvin tärkeää käyttää matalakitkaista katetria. LoFric® -virtsakatetrissa on ainutlaatuisen 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.

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 joustavuuden ansiosta liukuu helpommin virtsaputkessa.

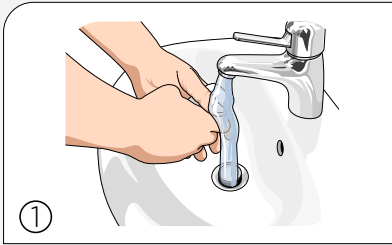


Nelaton

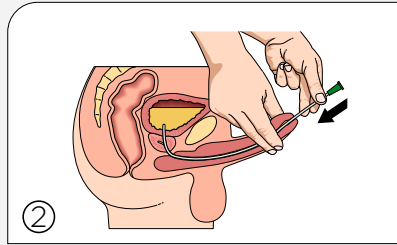
Tiemann

Flexible

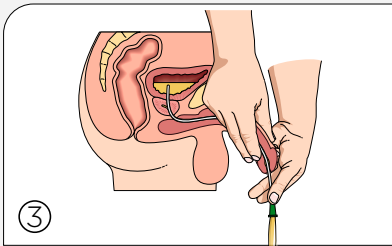
Näin katetroit



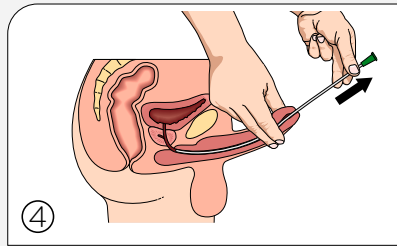
① Pese kädet saippualla ja vedellä sekä ennen katetrointia että sen jälkeen. Vältä turhaa pintojen koskettelua sen jälkeen, kun olet pessyt kätesi.



② Nosta penistä yläviistoon. Vie katetri hitaasti virtsaputkeen. Työnnä katetria kevyesti, mutta vakaasti, kunnes virtsa alkaa valua. Työnnä katetria sisään vielä pari cm lisää.

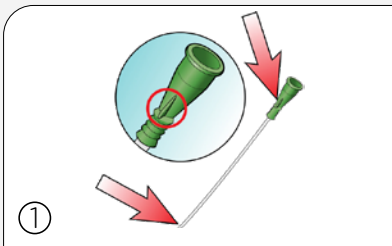


③ Laske penis normaaliasentoon, kun virtsa alkaa valua katetrin kautta.

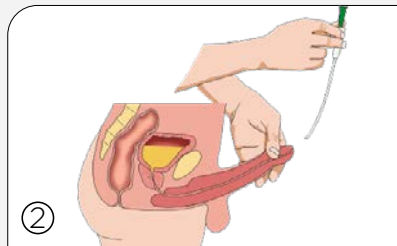


④ Kun virtsaa ei enää valua katetrin kautta, vedä katetria hitaasti ulos. Jos virtsa alkaa valua uudelleen, odota kunnes virtsan tulo lakkaa, ennen kuin poistat katetrin. Nyt rakko on täysin tyhjä.

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 kasvoihin päin/ylöspäin viedessäsi katetria sisään ja katetroinnin aikana.

Etsi itsellesi sopiva asento,
ota tarvitsemasi apuvälineet valmiiksi esille.



Jos katetroit pyörätuolissa, 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 toistokatetrintiin
perhehtyttäviä filmejä.



LOFRIC - VALINTA, JOHON VOIT AINA LUOTTAA

Käyttäjystävälliset 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 Primo - taitettava katetri, joka sisältää steriilin suolaliuoksen

LoFric® Primo™ on vesivaippakatetri, jonka pakkauksessa on mukana steriiliä suolaliuosta. Katetri aktivoidaan ennen käyttöä. LoFric Primon voi taittaa, ja se on helppo ottaa mukaan.

LoFric Origo - käyttäjystävällinen 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.

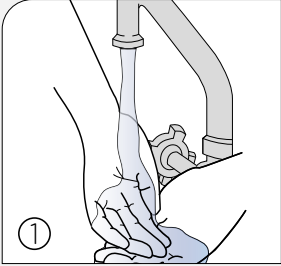
LoFric Origo -katetrissa on liikkuva ja helppokäyttöinen asetin, joka mahdollistaa vakaan ja turvallisen katetroinnin. Katetri on käyttövalmis heti aktivoinnin jälkeen.

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

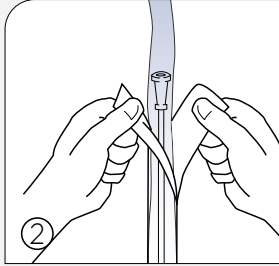
LoFric® Hydro-Kit™ on täydellinen hydrofiilinen katetripakkaus. LoFric-katetrin, suolaliuosta sisältävän nestetyynyn ja keräysspussin ansiosta et tarvitse välttämättä lainkaan wc:tä etkä vesipistettä. LoFric Hydro-Kit tarjoaa vapauden ja varmuuden itsekatetrointiin missä tahansa. Katetri on valmis käytettäväksi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



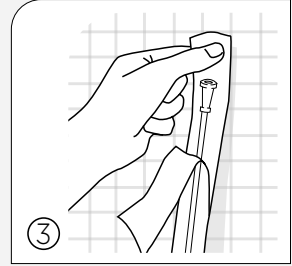
Näin käytät LoFric -katetria



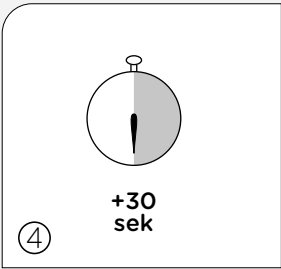
1 Aloita pesemällä kätesi saippualla ja vedellä.



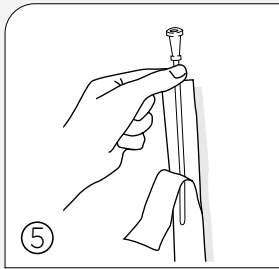
2 Avaa pakkaus vetämällä repäisyliuskat erilleen noin 5-6 cm:n pituudelta. Valuta vettä pakkaukseen. Tavallinen vesijohtovesi käy hyvin.



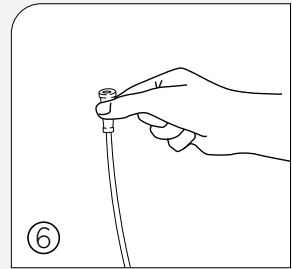
3 Pakkauksessa on tarra. Irrota sininen suojapaperi ja kiinnitä pakkaus sopivaan kuivaan pintaan.



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

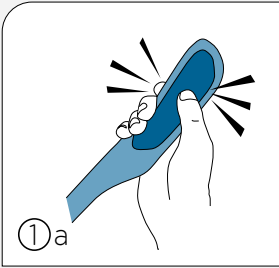


5 Katetri on käyttövalmis 30 sekunnin kuluttua.

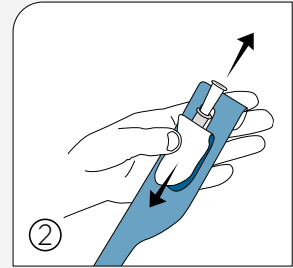
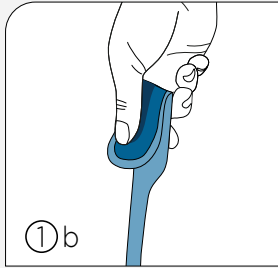


6 Katetroi saamiesi ohjeiden mukaan. Katetroituasi heitä katetri talousroskiin.

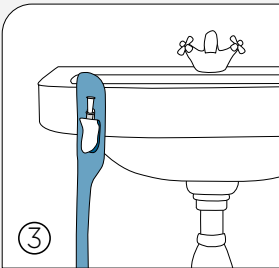
Näin käytät LoFric Origo -katetria



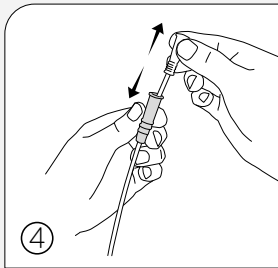
Välitön aktivointi. Tarvitaan vain kevyt puristus (tai **taita ja purista**) ja LoFric Origo on aktivoitu suolaliuoksella.



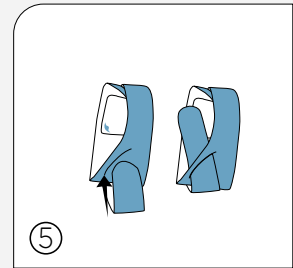
Vedä avausliuskasta avataksesi pakkauksen.



Voit ripustaa katetri-pakkauksen takaosan tarralapun avulla kuivalle ja puhtaalle pinnalle.

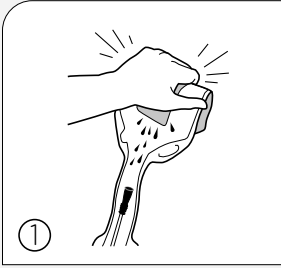


Liikuteltava asetin takaa paremman otteen, ilman että katetrin letkuosaan tarvitsee koskea paljain käsin.

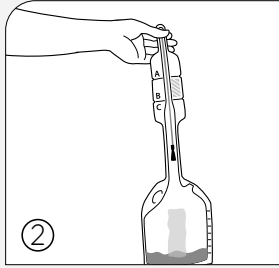


Taitettavissa taskukokoon. Taittele pakkaus ja käytä lovea pitämään katetri taitettuna.

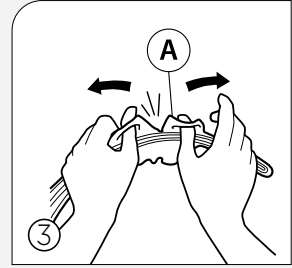
Näin käytät LoFric Hydro-Kit -katetria



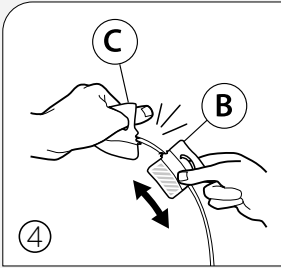
Pidä tuote pystyasennossa. Taita nestetyynyä ja purista. Anna suolaliuoksen valua alas katetriin.



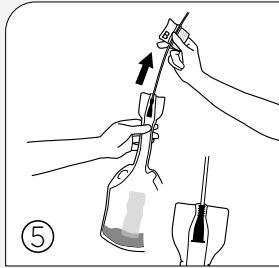
Käännä tuote ylösalaisin ja anna suolaliuoksen valua keräyspussiin.



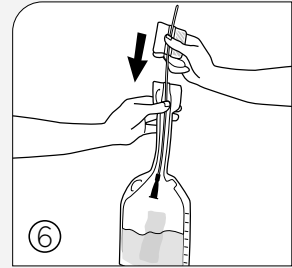
Repäise lenkkien avulla kohdasta "A" paljastaaksesi katetrin kärkiosan.



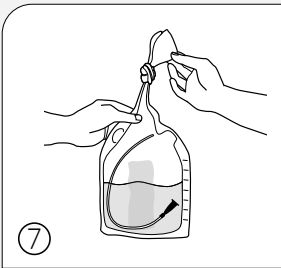
Käytä avaamiseen lenkkejä kohdassa "B/C". Käytä pakkauksen osaa "B" asettimena.



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



Työnnä katetri takaisin keräyspussiin.

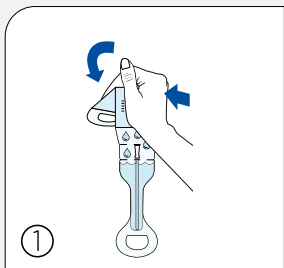


Ennen kuin heität tuotteen roskeen, tyhjennä pussi sen kaulan kautta tai solmi pussin suu ja tyhjennä pussi repäisykohdan kautta. Voit myös solmia pussin ja hävittää sen sellaisenaan.

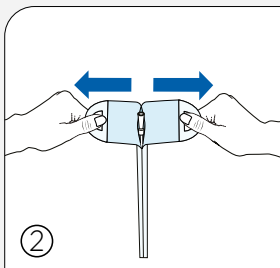
Näin käytät LoFric Primo -katetria

Katetripakkaus voidaan avata kahdella eri tavalla - sisäänvientiapua hyväksikäyttäen tai ilman

Avausvaihtoehto 1

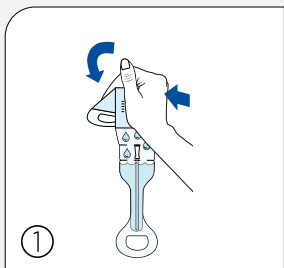


Taita ja purista suolaliuos-pussia niin, että neste valuu alas katetriin. Tämän jälkeen katetri on käyttövalmis.

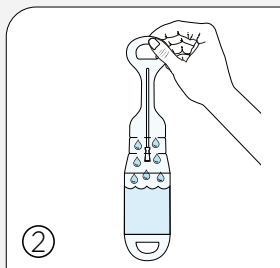


Vedä pakkaus auki. Tartu pakkauksessa nestepussin yläpuolella oleviin lenkkeihin kummallakin kädellä. Vedä, kunnes katetri tulee näkyviin. Katetri on valmis käytettäväksi.

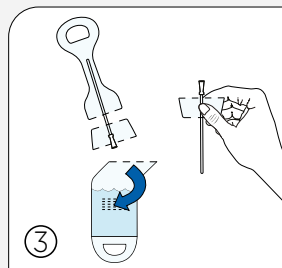
Avausvaihtoehto 2



Taita ja purista suolaliuos-pussia niin, että suolaliuos valuu alas katetriin. Katetri on tämän jälkeen heti käyttövalmis.



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



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.

VIRTSATIEINFEKTIOT

Henkilöt, joilla on selkäydinvamma, ovat erityisen alttiita virtsatiekomplikaatioille, koska selkäydinvamma aiheuttaa virtsarakon tyhjentämisvaikeuksia.

Virtsatietulehdukset (VTI)

Virtsatietulehdukset (virtsatieinfektiot) ovat tuttuja monille katetrienkäyttäjille sekä muille virtsarakon täydellistä tai osittaista tyhjentämistä vaikeuttavasta tilasta kärsiville. Virtsatietulehdus on bakteeri-infektio, joka vaikuttaa johonkin virtsateiden osaan. Virtsa sisältää nestettä, suoloja ja kuona-aineita. Tavallisesti virtsassa ei ole bakteereja. Jos bakteereja kuitenkin joutuu virtsarakkoon tai munuaisiin, ne lisääntyvät virtsassa, tarttuvat limakalvoon ja aiheuttavat virtsatieulehduksen.

Virtsatietulehdukset jaetaan oireettomiin ja oireellisiin tulehduksiin. Oireeton virtsatieulehdus tarkoittaa, että virtsassa on bakteereja ilman virtsateiden oireilua.

Suurentuneet bakteeriarvot virtsassa ilman oireita eivät tarkoita virtsatieulehdusta. Jos nämä bakteerit hoidetaan pois antibiooteilla, on suuri riski saada myöhemmin "ilkeämpiä" bakteereja, jotka aiheuttavat rajumpia oireita. Jos bakteereja tuhotaan esimerkiksi antibioottien liika- tai väärinkäytöllä, ne voivat kehittyä vastustuskykyisiksi. Huolehdiathan, että annat virtsanäytteen virtsatieulehdusepäilyn yhteydessä, jotta saat oikeat antibiootit.

Oireellisten virtsatieulehdusten tuntomerkit:

- Muutokset virtsarakon toiminnassa
- Virtsankarkailu / lisääntynyt virtsankarkailu
- Kirvely / polttava tunne rakon tyhjennyksen yhteydessä
- Tihentynyt virtsaamistarve
- Alavatsan tai alaselän kivut
- Verinen virtsa
- Kuume ja/tai huonontunut yleiskunto
- Lisääntynyt lihasjäykkyys (spastisuus)
- Lisääntyneet autonomiset reaktiot, kuten hikoilu tai palelu
- Autonominen dysrefleksia potilailla, joiden selkäydinvamma on Th6:n yläpuolella

Jos sinulla on virtsatieulehduksen oireita, ota yhteys terveydenhuollon ammattilaiseen lisätutkimuksia varten.

HYVIÄ NEUVOJA JA VINKKEJÄ

Juominen

Keho tarvitsee yleensä 1,5-2 litraa nestettä päivittäin. Neste huuhtelee virtsarakon ja se puolestaan vähentää riskiä saada virtsatieinfektio.

Hyvä hygienia

Alapesua suositellaan kerran päivässä. Käsiin on hyvä hieroa käsihuuhdetta ennen katetrintia julkisissa WC-tiloissa.

Jätteiden lajittelu

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

Itse katetri on lajiteltava poltettaviin talousjätteisiin, koska se on katetroinnin yhteydessä ollut kosketuksessa kehon eritteiden kanssa. Sama koskee pakkauksia, jotka ovat olleet kosketuksissa kehon eritteiden kanssa ja joita ei ole huuhdeltu.

Katetrointien määrä

Uroterapeutti tai sairaanhoitaja neuvoo, kuinka usein on hyvä katetroida mutta tavallisesti tarve on 4-6 kertaa päivässä. Määrä vaihtelee yksilöllisesti rakon ongelmien, juodun neste- ja virtsamäärän mukaan sekä siitä riippuen, onko virtsaaminen ilman katetria mahdollista. Pääsääntöisesti rakossa ei tulisi olla yli 400 ml:aa virtsaa. Komplikaatioiden välttämiseksi on tärkeää noudattaa annettuja suosituksia.

Tässä voi auttaa asennon muuttaminen, kun katetri on edelleen virtsarakon sisällä. Vedä katetria hitaasti ulos, jotta kaikki virtsa tyhjenee rakosta - älä kiirehdi. Jos rakkoon jää edelleen virtsaa, virtsatietulehduksen riski suurenee. Tyhjentäminen onnistuu parhaiten istuma-asennossa tai seisten.

Vaikeuksia katetrin sisäänviemisessä

Jos olet jännittynyt katetroidessasi, virtsaputkea ympäröivä sulkijalihas voi kiristyä ja vaikeuttaa katetrin sisäänviemistä. Etsi hyvä asento, yskäise ja yritä rentoutua. Yritä viedä katetri uudelleen sisään. Hoidon alussa virtsassa tai katetrissa voi olla hieman verta. Se johtuu yleensä siitä, että virtsaputki on ärtynyt. Kokemus on osoittanut, että tämä menee nopeasti ohi, mutta jos olet epävarma, ota yhteys uroterapeuttiin tai sairaanhoitajaan.

Matkoilla

Ota katetrit ja apuvälineet mukaasi matkalle. Matkalaukkujen katoaminen lentomatkalla ei valitettavasti ole lainkaan tavatonta, joten pidä aina muutaman päivän katetritarve mukana käsimatkatavaroissa. Voit helpottaa lentokenttämuodollisuuksia pyytämällä apuvälinetodistuksen uroterapeutilta tai sairaanhoitajalta tai ottamalla yhteyden Wellspectiin.

Tilaa matkapakkaus tai apuväline-todistus [wellspect.fi-sivuiltamme](https://wellspect.fi)



MITEN TOISTOKATETROINTI VOI RATKAISTA ONGELMASI?

Elämänlaadun paraneminen

Kun virtsatieinfektioiden riski saadaan pienenemään ja/tai virtsankarkailu hallintaan, myös potilaan elämänlaatu paranee. Sinun ei tarvitse huolehtia hajuhaitoista tai märistä 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 rakkoo, vaan nuket paremmin. Myös päivisin wc-käyntejä on vähemmän ja aikaa jää enemmän muuhun.

Virtsan karkailun 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.

Virtsatieinfektionriskin 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 normaaliiksi. Kaikkien kohdalla se ei ole mahdollista, mutta joidenkin ihmisten ja tiettyjen sairauksien kohdalla se voi harjoittelun myötä onnistua.

Ajansäästö

Osa potilaista joutuu istumaan wc:ssä pitkään saadakseen virtsarakon tyhjenettyä tai palaamaan pian edellisen käynnin jälkeen uudestaan vessaan. Toistokatetroiintiin menee vain muutama minuutti, ja sen avulla virtsarakko tyhjenee kokonaan.

TOSIELÄMÄN TARINOITA

LORIC ORIGO -KATETRIN KÄYTTÄJÄ

"Jäin lapsena auton alle ollessani pyöräilemässä ystäväni kanssa. Onnettomuuden seurauksena sain osittaisen selkäydinvamman. Heti onnettomuuden jälkeen minulle kerrottiin, että tulisin tarvitsemaan apuvälineitä virtsarakon ja suolen tyhjentämiseen.

Käytettyäni lyhyen aikaa kestokatetria minun piti siirtyä omatoimiseen toistokatetroiintiin. Aluksi olin erittäin epäileväinen: katetroiinti oli kivuliasta ja epämiellyttävää, ja minulla oli toistuvia virtsatietulehduksia.

LOFRIC ORIGO JA LOFRIC HYDRO-KIT -KATETRIEN KÄYTTÄJÄ

"Olen käyttänyt LoFric-tuotteita päivittäin viimeisten 15 vuoden ajan. Niiden ansiosta minun ei tarvitse murehtia katetroiintiin liittyviä asioita arjessani - omatoiminen toistokatetroiinti yksinkertaisesti toimii!

Arkena käytän LoFric Origoa, joka on helppo ottaa mukaan huomaamattoman pakkauksen ansiosta. Kuulun Tanskan pyöräilymaajoukkueeseen, joten vietän noin 15 viikkoa vuodesta ulkomailla kilpailumatkoilla ja harjoitusleireillä.

Vuosien varrella olen kokeillut monenlaisia katetreja. Pääsin kokeilemaan LoFric Origoa, kun se tuli markkinoille Norjassa.

Huomasin nopeasti, että omatoiminen toistokatetroiinti ei enää tuntunutkaan epämiellyttävältä - eikä minulla ole ollut ainuttakaan virtsatietulehdusta aloitetuani LoFric Origoa käyttön.

LoFric Origoa helppokäyttöisyys on minulle erityisen tärkeää, koska työhöni kuuluu paljon matkustamista."

Matkoilla käytän aina LoFric Hydro-Kit -katetrintasettiä.

Katetrin ja pussin yhdistelmä ja pieni käsihuhdepullo mahdollistavat helpon, turvallisen ja hygieenisen katetroidinnin esimerkiksi julkisissa wc-tiloissa ja lentokoneessa. Sama pätee myös viiden tunnin pyöräilyharjoituksiini. Silloin on tärkeää, että omatoiminen toistokatetroiinti onnistuu helposti ja hygieenisesti. Silloin LoFric Hydro-Kit on ykkösvaihtoehtoni."

TARKISTUSLISTA ENNEN TOISTOKATETROINNIN ALOITUSTA

Tämän tarkistuslistan tarkoitus on tehdä toistokatetroinnin aloituksestasi ja omahoidostasi niin hyvää kuin mahdollista. Lista sisältää tiedot, jotka sinun tulisi saada toistokatetrointiperehdytyksessä sekä suullisesti että kirjallisesti.

Yhteyshenkilö:

Toimipaikka: Puh:

Katetrivalinta, LoFric CH: Pituus: cm

Katetrointikertoja/pvä:

Tieto toistokatetroinnista

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Syyt virtsarakon tyhjenemisongelmiin | <input type="checkbox"/> Virtsaamiskertojen yksilöllinen määrittely |
| <input type="checkbox"/> Virtsateiden anatomia | <input type="checkbox"/> Tietoa komplikaatioista, esim. virtsatieinfektioista |
| <input type="checkbox"/> Virtsateiden normaali toiminta | <input type="checkbox"/> Katetrien ja mahdollisten muiden apuvälineiden esittely |
| <input type="checkbox"/> Toistokatetroinnin edut | <input type="checkbox"/> Käytännön neuvoja |
| <input type="checkbox"/> Toistokatetrointimenetelmän opettaminen | |
| <input type="checkbox"/> Toistokatetrointi valvotusti | |

Yhteyshenkilö:

Toimipaikka: Puh:

Katetrivalinta, LoFric CH: Pituus: cm

Katetrointikertoja/pvä:

Toistokatetroinnin seuranta

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Virtsaamiskertojen yksilöllinen määrittely
- käy läpi virtsaamistaulukko | <input type="checkbox"/> Käytännön tietoa valikoiman muutoksista ja verkkosivujen päivityksistä |
| <input type="checkbox"/> Toistokatetrointekniikan kertaus | <input type="checkbox"/> Mahdolliset komplikaatiot |
| <input type="checkbox"/> Seuranta - Toistokatetroinnin vaikutus jokapäiväiseen elämään/elämänlaatuun
- oikea katetri?
- oikea määrä katetrointeja/
katetrointivälit? | <input type="checkbox"/> Käytännön neuvoja, esim. matkoja ajatellen |



SUOLISTON TOIMINTA SELKÄ- YDINVAMMAN YHTEYDESSÄ

Ruoansulatuskanavaa ohjaa hermosto, joka on yhteydessä aivoihin selkäytimen kautta. Hermoratojen katkeaminen esimerkiksi sairauden tai keskushermoston vaurion vuoksi voi vaikuttaa suoliston toimintaan.

Vammalla voi olla eriasteisia vaikutuksia ulosteen ja kaasun poistumisesta vastaavan sulkijalihaksen tahdonalaiseen hallintaan. Muita suolistoon vaikuttavia tekijöitä ovat toiminnanrajoitteista ja/tai lääkkeiden käytöstä aiheutuvat liikuntakyvyn muutokset.

Neurogeeninen suolen toimintahäiriö voi aiheuttaa ummetusta, ulosteinkontinenssia ja/tai muita ulostusongelmia. Ummetus voi vaikeuttaa virtsarakon tyhjentämistä, ja tutkimusten mukaan se myös lisää virtsatieinfektioiden esiintyvyyttä.

Ummetus

Ummetusta esiintyy usein neurogeenisen suolen toimintahäiriön yhteydessä. Suolen liikkeet ovat hitaampia ja epäsäännöllisempiä. Tavallinen oire on kova ja kuiva uloste, jota on vaikea tyhjentää suolesta. Lisäksi vatsassa voi esiintyä epä mukavuuden tunnetta ja ilmavaivoja.

Tuntomerkit

- Henkilöstä voi jatkuvasti tuntua, että suoli ei ole tyhjentynyt kunnolla. Syynä voi olla, ettei sulkijalihas rentoudu, vaikka uloste on peräsuoleessa ja suoli pitäisi tyhjentää. Tämän seurauksena suolen tyhjentäminen kestää kauan, mikä voi aiheuttaa peräpukamia. Peräpukamat saattavat olla kivuliaita ja vuotaa helposti verta.
- Lihakset veltostuvat, jolloin suolta voi olla vaikeaa saada tyhjennettyä kokonaan.
- Vatsalihaksilla ponnistaminen voi olla vaikeaa.

Ulosteinkontinenssi

Myös ulosteinkontinenssi on tyypillinen vaiva neurogeenisen suolen toimintahäiriön yhteydessä. Se on tila, jossa suoli tyhjenee tahattomasti.

Tuntomerkit

- Henkilö menettää sulkijalihaksen tahdonalaisen hallinnan kokonaan tai osittain täydellisen tai osittaisen vamman seurauksena.
- Sulkijalihas voi heikentyä niin, ettei se pysty pidättämään suolen alaosaan kertyvää ulostetta.
- Inkontinenssi voi kehittyä ummetuksen seurauksena. Tällöin löysä uloste pääsee kulkemaan kovan ulosteen ohji ja vuotamaan. Molempia vaivoja voi hyvinkin esiintyä samanaikaisesti.

RUOANSULATUSKANAVAN TOIMINTA

Ihmisen ruoansulatuskanavan koko pituus on yhdeksän metriä. Kun ruoka on pureskeltu ja nielty, se siirtyy mahalaukun kautta suolistoon.

Ruoansulatuskanavan toiminta

Mahalaukussa pilkkoutunut ruoka siirtyy eteenpäin ohutsuolen kautta. Ohutsuolen päätehtävänä on mahdollistaa ravinnon imeytyminen. Seuraavaksi ruoka siirtyy eteenpäin paksusuoleen. Suuri osa suoliston sisällöstä koostuu vedestä, sulamattoman ruuan jäämistä, suoloista ja bakteereista. Suurin osa vedestä imeytyy paksusuoleessa ja tämä saa aikaan ulosteen kiinteytymisen.

Suolen liikkeet eli peristaltiikka kuljettaa ulostetta eteenpäin peräsuoleen. Kun peräsuoli on täynnä ulostetta, aivoihin lähtee suolen tyhjennystarpeesta ilmoittavia signaaleja.

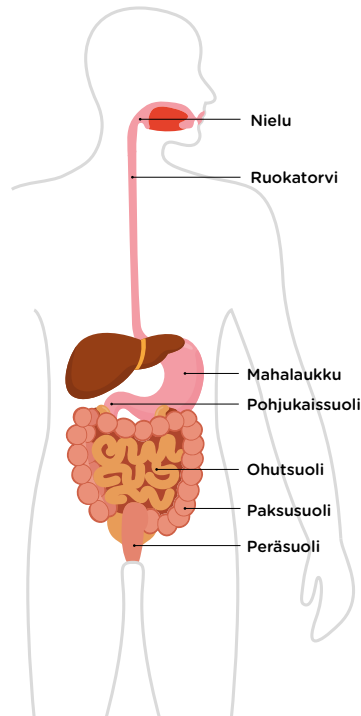
Ruuan kulkeutuminen maha-suolikanavan läpi kestää yleensä yhdestä kolmeen päivää.

Suolen tyhjentäminen

Aivojen ja selkäytimen hermosignaalit ohjaavat suolen tyhjentämistä. Tyhjennysprosessi alkaa, kun aivoista saapuva signaali ilmoittaa, että on aika tyhjentää suoli.

Väliseinämiä supistavat lisäävät painetta vatsan alueella ja saavat aikaan paksu- ja peräsuolen liikkeitä. Tällöin sulkijalihas rentoutuu ja peräaukko avautuu.

Suolen tyhjennystahti on yksilöllistä ja vaihtelee suuresti henkilöstä toiseen. On normaalia tyhjentää suolisto harvimmillaan kolmesti viikossa ja tiheimmillään kolme kertaa päivässä.





HOITO

Ensimmäinen hoitovaihtoehto on konservatiivinen hoito

Ravinto

Ravinnolla on vaikutusta, koska jotkin ruoka-aineet voivat löysentää vatsaa ja toiset aiheuttaa ummetusta. On tunnetusti tärkeää varmistaa säännölliset ruoka-ajat sekä normaali nesteen ja kuitujen saanti.

Liikunta

Säännöllinen liikunta auttaa käynnistämään suolen liikkeitä.

Lääkitys

Saatavana on erilaisia laksatiiveja, jotka auttavat suolta liikuttamaan ulostetta tehokkaammin tai muuttavat ulosteen koostumusta niin, että suolen tyhjentäminen helpottuu.

WC-harjoittelu

Yksi keino, josta voi olla apua, on istua wc:ssä säännöllisesti tietyn aikaa joka päivä. Tarkoituksena on kuulostella kehon signaaleja ja reagoida niihin välittömästi. Vaikka signaalia ei tulisikaan, wc:ssä kannattaa käydä noin 20–40 minuutin kuluttua aamiaisesta.

Pienoisperäruiske

Pienoisperäruiske on tuote, jolla johdetaan 100-150 ml vettä peräsuoleen. Pienoisperäruiskeita voidaan käyttää päivittäin tai useita kertoja päivässä lopun ulosteen poistamiseen ja huuhteluun, mikä voi vähentää suolen liikkeitä ja ulosteen karkailun riskiä. Jos vaikutus ei ole riittävä, voidaan vaihtaa suolihuuhteluun.

Toinen hoitovaihtoehto

Suolihuuhtelu

Seuraava vaihe on suolihuuhtelu. Suolihuuhtelu on usein unohdettu hoitomuoto. Se on kuitenkin tehokas tapa tyhjentää suoli. Veden johtaminen paksusuoleen rektaalikatettrin tai kartion avulla aktivoi suolten aaltomaisia liikkeitä niin, että uloste poistuu suolesta. Tämä hoitomuoto voi säästää runsaasti aikaa ja vähentää potilaan turhautumista, kun konservatiiviset hoitokeinot eivät tuota toivottua tulosta.

Kolmas hoitovaihtoehto on leikkaushoito

Pyramidin huipulla ovat antegradisen suolihuuhtelun, sähköstimuloinnin ja paksusuoliavanteen kaltaiset hoitovaihtoehdot.



Hoitopyramidi

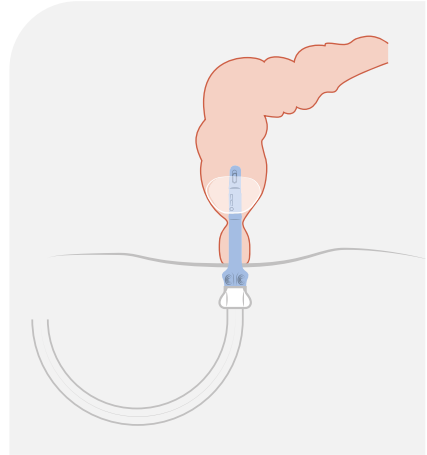
TIETOA SUOLIHUUHTELUSTA

Suolihuuhtelu on menetelmä suolen tehokkaaseen tyhjentämiseen. Sillä edesautetaan ulosteen poistumista peräsuolesta ja paksusuolen alaosasta johtamalla vettä suoleen.

Suolen säännöllinen huuhtelu tyhjentää paksusuolen ja peräsuolen tehokkaasti ja antaa mahdollisuuden valita suolen tyhjennysajan ja paikan. Veden johtaminen aiheuttaa massan liikkumisen laskevassa paksusuolella, mikä helpottaa ummetusta. Suolihuuhtelun muita merkittäviä etuja on, että sinun ei tarvitse käyttää yhtä paljon aikaa ja energiaa suoliston hoitoon, ja että voit elää itsenäisempää elämää.

Ei enää vahinkoja

Kun koulutusjakso on ohi ja olet varmasti tottunut suolihuuhteluun, tavoitteena on yleensä tehdä huuhtelu joka toinen päivä. Suolihuuhtelun tarkoituksena on palauttaa hyvä ja säännöllinen suolen toiminta, jotta voit elää normaalisti.



Vettä johdetaan paksusuoleen rektaalikatettrin tai kartion avulla, joka asetetaan peräsuoleen.

Motivaatio ja odotukset

Aluksi voi tuntua oudolta tai hieman ikävältä käyttää suolihuuhtelua, ja menettelyyn tottuminen voi kestää jonkin aikaa. Koska vatsa ja suolisto on monimutkainen järjestelmä, uusiin rutiineihin tottuminen vaatii aikaa. Totuttautuminen kuitenkin kannattaa pitkällä aikavälillä. On ehdottoman tärkeää, että olet motivoitunut ja kärsivällinen. Valmistaudu siihen, että tapojen muuttaminen kestää oman aikansa sekä henkisesti että fyysisesti. Voi myös kestää jonkin aikaa, ennen kuin löydät sinulle parhaat rutiinit, kuten sopivan vesimäärän.

On tärkeää, että sinulla on realistiset odotukset siitä, miten suolihuuhtelu voi

auttaa sinua ja kuinka kauan tyydyttävien tulosten saaminen vie aikaa. Voidaan odottaa, että suolen totuttaminen ja hyvän yksilöllisen tyhjennysrutiinin saavuttaminen kestää 4-12 viikkoa.

Anna sille aikaa. Se on sen arvoista!

Koulutus on tärkeää

Koulutus ja yksilöllinen sopeutuminen ovat ratkaisevia suolihuuhtelun onnistumisen ja menetelmään sitoutumisen kannalta. Sinun on harjoiteltava huuhtelua ennen kuin aloitat sen käytön. Ihannetapauksessa terveydenhuollon ammattilaisen tulisi olla tukenasi ensimmäisessä suolihuuhtelussa.

Suolihuuhtelun etuja

- Vähentynyt ulosteen karkailuriski
- Parempi kontrolli, milloin/missä
- Suolen tehokas tyhjentyminen
- Ajan ja energian säästö

NAVINA - LISÄÄ RIIPPUMATTOMUUTTA

Navina™ Systems on täydellinen suolihuuhtelujärjestelmä, jossa voit valita manuaalisen tai elektronisen ohjausyksikön ja peräsuolikatettrin tai kartion.

Navina Classic - intuitiivinen ja käyttäjäystävällinen

Navina™ Classic on käyttäjäystävällinen ratkaisu, jossa on manuaalinen ohjausyksikkö. Siinä on värikoodatut liitännät ja intuitiiviset symbolit, jotka helpottavat käyttöä. Navina Classic on täydellinen valinta sinulle, joka haluat manuaalisen huuhtelun ja järjestelmän, jonka avulla voit itse päättää suolen tyhjennysajan ja -paikan.

Navina Smart - älykäs ja yksilöllisesti mukautettu

Navina™ Smart on elektroninen järjestelmä, jonka avulla voit mukauttaa suolihuuhtelun juuri omiin tarpeisiisi - turvallisella, johdonmukaisella ja hallitulla tavalla. Navina Smart -laitteessa on sisäänrakennettu turvallisuus, joka takaa maksimaalisen ballongin koon, veden määrän ja veden virtausnopeuden. Kun olet testannut ja tallentanut henkilökohtaiset asetukset, sinun tarvitsee vain painaa virtapainiketta aloittaaksesi.

Navina Smart -järjestelmään kuuluu sovellus, josta tulee huuhtelupäiväkirja ja joka voi auttaa sinua suolihuuhteluja aloittaessasi.



NAVINA FECAL INCONTINENCE INSERT

- suunniteltu estämään ulosteen karkailu

Joustava, nesteellä täytetty rektaalitamponi on suunniteltu kehoon mukautuvaksi ja asettuvaksi. Tämä tekee siitä helpon asettaa paikoilleen ja poistaa sekä miellyttävän käyttää. Navina Fecal Incontinence Insert estää ulosteen karkailun ja mahdollistaa itsenäisen ja aktiivisen elämän.



TOSIELÄMÄN TARINA

NAVINA-KÄYTTÄJÄ

**”Kun sairaanhoitaja esitteli suoli-
huuhtelujärjestelmän minulle ensim-
mäistä kertaa, olin varma, ettei se
olisi minulle sopiva ratkaisu.**

**Järjestelmän käyttöön tarvitaan
vettä, letkuja, katetreja ja pumppu.
Mietin, miten sotkuista ja inhottavaa
se olisi. Ruskea vesi, jatkuva hoidon
tarve ja ärsytys... ei kiitos.**

Selkäytimeni oli vaurioitunut muutamaa kuukautta aiemmin. Olin uuden elämäni sopeutumisvaiheessa. Olin juuri päässyt kotiin ja keskityin lähinnä siihen, miten voisin jatkaa elämää vanhassa asunnossani pyörätuolin kanssa. En varsinaisesti kaivannut sotkuiselta vaikuttavaa suolihuuhtelua osaksi arkeani.

En kuitenkaan ollut ymmärtänyt suoli-
huuhtelun ideaa kunnolla. Olen käyttänyt
järjestelmää nyt vuodesta 2011 ja olen
käsittänyt, miten virheellisiä ennako-
luuloni olivat. Olin kuullut paljon siitä,
miksi suolihuuhtelu ei olisi hyvä tai
pitkäaikainen ratkaisu. Mielestäni suoli-
huuhtelua pitäisi kuitenkin tarjota ter-
veydenhuollossa huomattavasti useam-
min suoliongelmista kärsiville potilaille.
Sytitä on monia, mutta kerron niistä
muutamia.

Ulosteen karkaaminen julkisesti on yksi
kiusallisimmista tilanteista, joihin elämässä
voi joutua. Monet hoitovaihtoehdot,
kuten laksatiivit ja tiettyihin juomiin tai
ruoka-aineisiin keskittyvä ruokavalio, eivät
varsinaisesti auta siihen. Vahinkoja voi
silti sattua. Oman kokemukseni mukaan
säännöllinen suolihuuhtelu auttaa
välttämään tämän ongelman suurelta
osin. Kaiken lisäksi voin syödä melkein
mitä tahansa. Ennen suolihuuhtelun käyt-
töä minulle kävi melko usein niin, että
ystävieni tai perheeni kanssa vietetyn
mukavan pikaruokahetken jälkeen minun
oli pakko päästä WC:hen heti syömisen
jälkeen. Suolistoni ei kestänyt sellaista
ruokaa, vaan mahani meni sekaisin.
Nyt voin syödä mitä haluan, eikä vahinkoja
tarvitse pelätä.

Moni neurogeenisestä suolesta kärsivä
on menettänyt suolensa tahdonalaisen
hallinnan. Tällöin edes suolen tyhjentä-
mistarvetta ei huomaa. Kun sulkijalihasta
ei enää tunne eikä hallitse, vahinkojen
riski ja äkillisten WC-käyntien tarve ovat
jatkuvana huolenaiheena. Suolihuuhtelu
auttaa saamaan wc-käynnit hallintaan.
Siihen muodostuu rutiini, ja suolen
tyhjennysajan ja -paikan voi päättää itse.
Päätöksen tekee siis ihminen eikä suoli,
kuten useimmilla muillakin ihmisillä.”

WELLSPECT WITH YOU

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

Riippumatta siitä, käytätkö itse tuotteitamme vai kaipaatko 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 ja tutustuaksesi palveluvalikoimaamme.



LISÄTIETOJA HYVÄÄN ALKUUN

- Lue lisää kehosta ja erilaisista diagnooseista
- Tutustu suolihuuhteluun Navinan avulla
- Lue lisää tuotteistamme
- Katsele opetusvideoita
- Tutustu henkilökohtaisiin tarinoihin

Tämän kaiken ja paljon muuta löydät **wellspect.fi** -sivuiltamme tai skannaamalla tämän QR-koodin.



Tilaa blogimme

ja saat uusimmat päivitykset suoraan sähköpostiisi.

Ota yhteyttä

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

Me Wellspectillä kehitämme innovatiivisia kontinenssihoitoratkaisuja, jotka parantavat suolen ja virtsarakon 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 LinkedInissä, Twitterissä, Facebookissa ja Instagramissa.

Wellspect Oy, Piispanilta 9 B, PL 96, 02230 Espoo.

Puh. 09 867 6160.

Navina Systems

Käyttötarkoitus

Navina Systems on tarkoitettu suolihuuhteluun, jossa vettä johdetaan rektaalikatetrin avulla paksusuolen alaosaan.

Käyttöaiheet

Navina Systems on kehitetty auttamaan ulosteinkontinenssista, kroonisesta ummetuksesta ja/tai aikaa vievistä suolen toimittamisista kärsiviä aikuisia ja yli 3-vuotiaita lapsia. Johtamalla vettä paksusuolen alaosaan peristalttiset lihakset voidaan aktivoida, joilloin ne alkavat tyhjentää paksu- ja peräsuolta.

Vasta-aiheet

ÄLÄ käytä Navina Systems -järjestelmää, jos sinulla on yksi tai useita seuraavista vasta-aiheista:

- peräaukon tai paksu- ja peräsuolen ahtauma
- aktiivinen tulehduksellinen suolistotauti
- akuutti divertikuliitti
- paksu- ja peräsuolen syöpä
- iskeeminen koliitti
- aiempi peräaukon tai paksu- ja peräsuolen leikkaus alle 3 kuukautta sitten
- aiempi tähytyksessä tehty polyypinpoistoleikkaus alle 4 viikkoa sitten

Koska luettelo ei välttämättä ole tyhjentävä, terveydenhuollon ammattilaiset ottavat aina huomioon myös yksilölliset tekijät. Lue käyttöohje ennen käyttöä.

Merkit ja symbolit

Valmistaja:
Wellspect HealthCare,
Aminogatan 1, Box 14,
431 21 Mölndal, Sverige.
Tel: 031 376 40 00.
www.wellspect.com

2797

Navina ulosteinkontinenssitamponi

Valmistaja:
Minnesota Medical Technologies
2446 Henry Road Northwest
Stewartville, MN 55976 USA
507-533-0366
www.mnmedtech.us

Maahantuoja:
Wellspect HealthCare
Aminogatan 1
Box 14, 431 21 Mölndal,
Sverige.
www.wellspect.com

MPS Medical Product
Service GmbH
Borngasse 20
Braunfels 35619
Germany

LoFric

Valmistaja: Wellspect HealthCare, Aminogatan 1, Box 14, 431 21 Mölndal, Sverige.
Tel: 031 376 40 00. www.wellspect.se