

Virtsarakon tyhjenemishäiriö miehillä

Virtsarakon tyhjentäminen toistokatetroimalla



Oma sivuni

Virtsarakko tulee tyhjentää katetrilla joka _____ tunti.

Sairaala/vastaanotto: _____

Lääkäriini/uroterapeuttiini/sairaanhoitajani nimi:

Puh.: _____

Puhelinaika: _____

Katetrini merkki: _____

Katetrini koko: _____

Katetrini pituus: _____ cm

Omia muistiinpanoja: _____

[illegible]



Virtsarakon tyhjentäminen toistokatetrilla

Virtsarakon tyhjenemishäiriössä potilaalla on vaikeuksia tyhjentää virtsarakkonsa kokonaan. Se voi riippua monista erilaisista tekijöistä. Tässä oppaassa on esitetty, miten virtsarakko tyhjennetään säännöllisesti ja täydellisesti omatoimisella toistokatetroinnilla. Voit suorittaa katetroinnin omatoimisesti, kun olet ensin saanut tarkat ohjeet lääkäriltä, uroterapeutilta tai sairaanhoitajalta. Tätä opaskirjasta on tarkoitus käyttää ainoastaan kyseisten ohjeiden tukena.

Virtsarakon tyhjentämisen historiaa

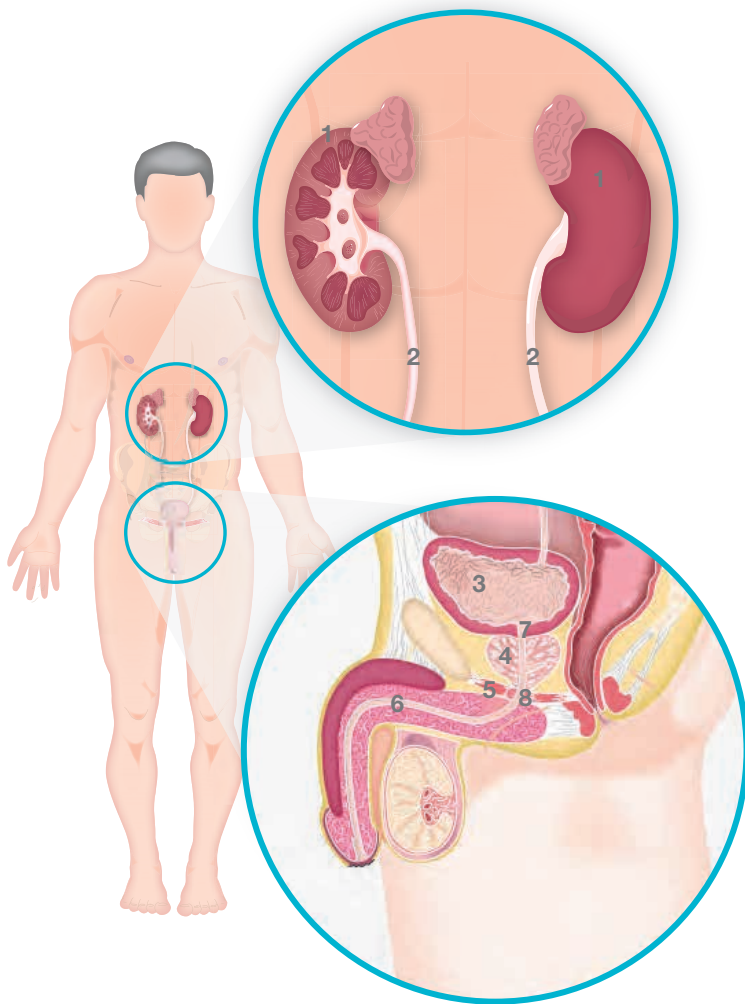
Jo tuhansia vuosia sitten Egyptissä osattiin tehdä katetreinteja (kutsuttiin virtsan päästämiseksi). Vanhimmat säilyneet katetrit on valmistettu pronssista, ja ne ovat löytyneet Pompeijista. Tätä menetelmää käytettiin vuoteen 1900 asti, jolloin kehitettiin niin kutsutut jatkuvakäyttöiset kestopaketrit. Sellaisilla katetreilla on kuitenkin tapana aiheuttaa muun muassa virtsatieinfektioita, jonka vuoksi 1970-luvun lopulta lähtien on siirrytty yhä enemmän käyttämään toistokatetrointia. Toistokatetrointi pitää rakon paineen alhaisena, mikä on suotuisaa munuaisille.

Kuinka virtsatiet toimivat?

Miesten virtsatiet koostuvat munuaisista, virtsajohtimista, virtsarakosta ja virtsaputkesta. Virtsatiet muodostavat ja keräävät virtsaa. Virtsaa muodostuu munuaisissa ja se siirtyy virtsajohtimien kautta alemmaksi virtsarakkoon. Virtsaa kerääntyy virtsarakkoon, joka tyhjennetään tarvittaessa.

Virtsarakon ja virtsaputken välissä on sisempi sulki-lihas, joka pitää virtsarakon suljettuna. Eturauhasen alapuolella on ulompi sulki-lihas, joka säätelee virtsaputken avautumista. Eturauhanen, jonka läpi virtsaputki kulkee, sijaitsee näiden kahden lihaksen välissä.

Kun virtsarakkoon on kerääntynyt noin 200 - 400 ml virtsaa, tulee tarve virtsata ja aivoihin kulkeutuu signaaleja, joiden perusteella virtsarakko tyhjennetään. Virtsamisen normaalitiheys on 4 - 8 kertaa vuorokaudessa. Se voi kuitenkin vaihdella riippuen nautitun nesteen määrästä.



1. Munuaiset
2. Virtsajohdin
3. Virtsarakko
4. Eturauhanen

5. Lantiopohjanlihakset
6. Virtsaputki
7. Sisempi sulkijalihas
8. Ulompi sulkijalihas

Syitä virtsarakon epätäydelliseen tyhjenemiseen

Muutamia syitä, jotka aiheuttavat virtsarakon epätäydellistä tyhjenemistä, voivat olla:

- Neurologiset vauriot/sairaudet
- Synnynnäiset epämuodostumat
- Sukuelinten tai suoliston leikkaukset
- Venynyt virtsarakko
- Eturauhasongelma

Jos virtsarakko ei tyhjene kokonaan virtsaamisen aikana, se voi aiheuttaa virtsatieinfektioita, koska bakteerit kasvavat nopeasti jäljelle jääneessä virtsassa. Jotta rakon epätäydellisen tyhjenemisen aiheuttamat ongelmat voidaan välttää, virtsarakko täytyy tyhjentää säännöllisesti katetrin avulla.

Toistokatetrit

Toistokatetreja on monenlaisia. Kehityksen myötä nykyään tavallisimpia ovat niin kutsutut hydrofiiliset toistokatetrit. Ne ovat pakkauksessa veteen pakattuina, heti käyttövalmiina, tai ovat valmiita käytettäväksi, kun pakkaus täytetään vedellä katetrin pinnan liukastamiseksi.

Katetrin koko

Toistokatetreja on saatavissa eri kokoina. Koko ilmoitetaan Charrière-arvona (Ch), joka esittää katetrin läpimitan.

1 Ch = 1/3 mm. Tavallisimmin käytetyt koot ovat Ch 12 (valkoinen), 14 (vihreä) ja 16 (oranssi). Katetrisi Ch-koko on sinulle yksilöllinen ominaisuus ja se määritetään yhdessä sinulle katetreja määräävän henkilön kanssa.



Katetrityyppi

Miehet voivat käyttää joko katetria, jossa on suora kärki (Nelaton-malli), tai tiettyssä tapauksessa katetria, jossa on taivutettu kärki (Tiemann-malli). Toistokatetroinnin opetus-tilanteessa voit kokeilla, kumpi malli sopii sinulle parhaiten.



Nelaton



Tiemann

Tarvikkeet

Jos hienomotoriikka on heikentynyt, voi olla tarpeen käyttää apuvälineitä.

Henkilöillä, joiden toimintakyky on heikentynyt, voidaan katetriin liittää virtsankeräyspussi pitkän letkun avulla virtsarakon tyhjentämisen helpottamiseksi.

SpeediCath® Standard -katetrin käyttö



1. Avaa katetripakkausta sen yläreunasta 2 - 3 cm matkalta. Ennen käyttöä voit kiinnittää katetripakkauksen seinään tai pesualtaaseen pakkauksen takaosassa olevan teipin avulla. Pakkauksessa on avausrengas, mikä helpottaa avaamista, jos hienomotoriikkasi on heikentynyt. SpeediCath on käyttövalmiina nesteessä.



2. Jos on mahdollista, yritä virtsata ennen katetrintia. Pese kätesi saippualla ja vedellä. Alapään pesu kerran vuorokaudessa riittää.



3a. Vedä esinahka taakse. Pidä penistä mahaa vasten niin, että virtsaputki suoristuu kunnolla. Älä purista virtsaputkea liikaa, koska tällöin katetrin asettaminen voi vaikeutua. Tartu katetriin tukevalla otteella, ja vie se sisään, kunnes virtsaa alkaa valua ulos, ja sitten vielä muutaman senttimetrin matkan pidemmälle. Suuntaa katetri alas WC-pönttöön ja anna virtsan valua ulos.



3b. Jos käytät Tiemann-katetria, pidä katetrin kärki mahaa kohden. Katetrin kartio-osassa oleva merkintä osoittaa kärjen suunnan.



4. Kun virtsan tulo lakkaa, vedä katetria hitaasti ulos pieni matka. Jos virtsaa alkaa jälleen vuotaa, odota kunnes sen tulo loppuu täysin.



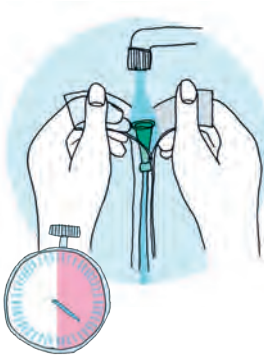
5. Nosta sitten penis jälleen mahaa vasten ja vedä ulos loppuosa katetrasta. Vedä esinahka uudelleen paikoilleen. Heitä katetri roskeen, ja pese kätesi toimenpiteen jälkeen.

Huomaa! Käyttäessäsi Tiemann-katetria tarkista, että kartio-osan merkintä osoittaa ylöspäin ennen katetrin poistamista.

Vihjeitä! Yski, liikuttele ylävartaloa tai ponnista hiukan ennen katetrin poistamista. Näin varmistat, että virtsarakko on täysin tyhjentynyt.

Sulje katetrin kartio-osan pää sormella samalla kun vedät ulos katetrin loppuosan. Tämä estää sen sisälle jäänyttä virtsaa valumasta ulos.

EasiCath® -katetrin käyttö



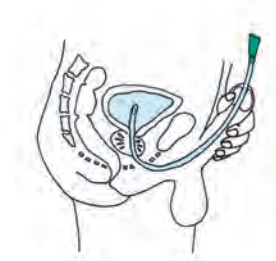
Odota 30 sekuntia

1. Avaa katetripakkaus vetämällä pakkauksen kursoria erilleen 5 - 6 cm matkalta. Täytä katetri-pakkaus vesijohtovedellä. Kiinnitä se sitten seinään tai pesualtaaseen pakkauksen takaosassa olevan teipin avulla. Katetrin pinta on liukastunut 30 sekunnin kuluttua ja se on käyttövalmis.

Vihjeitä! Voit itse vaikuttaa katetrin jäykkyyteen: kylmä vesi saa aikaan jäykemmän ja haalea vesi pehmeämmän katetrin.



2. Jos on mahdollista, yritä virtsata ennen katetrintia. Pese kätesi saippualla ja vedellä. Alapään pesu kerran vuorokaudessa riittää.



3a. Vedä esinahka taakse. Pidä penistä mahaa vasten niin, että virtsaputki suoristuu kunnolla. Älä purista virtsaputkea liikaa, koska tällöin katetrin asettaminen voi vaikeutua. Tartu katetriin tukevalla otteella, ja vie se sisään, kunnes virtsaa alkaa valua ulos, ja sitten vielä muutaman senttimetrin matkan pidemmälle. Suuntaa katetri alas WC-pönttöön ja anna virtsan valua ulos.



3b. Jos käytät Tiemann-katetria, pidä katetrin kärki mahaa kohden. Katetrin kartio-osassa oleva merkintä osoittaa kärjen suunnan.



4. Kun virtsan tulo lakkaa, vedä katetria hitaasti ulos pieni matka. Jos virtsaa alkaa jälleen vuotaa, odota kunnes sen tulo loppuu täysin.



5. Nosta sitten penis jälleen mahaa vasten ja vedä ulos loppuosa katetrasta. Vedä esinahka uudelleen paikoilleen. Heitä katetri roskeen, ja pese kätesi toimenpiteen jälkeen.

Huomaa! Käyttäessäsi Tiemann-katetria tarkista, että kartio-osan merkintä osoittaa ylöspäin ennen katetrin poistamista.

Vihjeitä! Yski, liikuttele ylävartaloa tai ponnista hiukan ennen katetrin poistamista. Näin varmistat, että virtsarakko on täysin tyhjentynyt.

Sulje katetrin kartio-osan pää sormella samalla kun vedät ulos katetrin loppuosan. Tämä estää sen sisälle jäänyttä virtsaa valumasta ulos.

SpeediCath® Compact Male -katetrin käyttö



1. Jos on mahdollista, yritä virtsata ennen katetointia. Pese kätesi saippualla ja vedellä. Alapään pesu kerran vuorokaudessa riittää.



2. Pidä katetripakkausta pystyasennossa niin, että korkki osoittaa ylöspäin, ja avaa pakkaus kääntämällä korkkia puoli kierrosta.



3. Katetrin ottamiseksi esiin, ota kiinni valkoisesta yläosasta ja vedä ylöspäin, kunnes kuulet napsahduksen. Katetri on nyt valmis käytettäväksi. Vältä koskettamasta itse katetriin – pidä kiinni valkoisesta yläosasta ja varmista, että katetri ei taivu.



4. Jos on mahdollista, tyhjennä pakkauksen neste WC-pönttöön tai pesualtaaseen ennen katetointia.



5. Vedä esinahka taakse. Pidä penistä mahaa vasten niin, että virtsaputki suoristuu kunnolla. Älä purista virtsaputkea liikaa, koska tällöin katetrin asettaminen voi vaikeutua. Tartu katetriin tukevalla otteella, ja vie se sisään, kunnes virtsaa alkaa valua ulos, ja sitten vielä muutaman senttimetrin matkan pidemmälle. Suuntaa katetri alas WC-pönttöön ja anna virtsan valua ulos.



6. Kun virtsan tulo lakkaa, vedä katetria hitaasti ulos pieni matka. Jos virtsaa alkaa jälleen vuotaa, odota kunnes sen tulo loppuu täysin.



7. Nosta sitten penis jälleen mahaa vasten ja vedä ulos loppuosa katetrasta. Vedä esinahka uudelleen paikoilleen. Käytön jälkeen katetri voidaan laittaa takaisin pakkaukseen, lukita ja heittää roskiin. Pese kätesi toimenpiteen jälkeen.

Vihjeitä! Yski, liikuttele ylävartaloa tai ponnista hiukan ennen katetrin poistamista. Näin varmistat, että virtsarakko on täysin tyhjentynyt.

Sulje katetrin kartio-osan pää sormella samalla kun vedät ulos katetrin loppuosan. Tämä estää sen sisälle jäänyttä virtsaa valumasta ulos.



Katetrointi lapsilla

Pienen lapsen tapauksessa vanhemmat hoitavat katetroinnin. Pieni lapsi pidetään makuuasennossa hoitopöydällä katetroinnin aikana. Kun lapsi on tarpeeksi iso ja osaa istua hoitopöydällä, potalla tai WC-istuimella, katetrointi tulisi suorittaa lapsen ollessa istuvassa asennossa. Lasta tulisi jo varhaisessa iässä kannustaa itse osallistumaan katetrointitapahtumaan. Kun lapsi on tarpeeksi motivoitunut, hänen tulisi opetella virtsaamaan omatoimisesti katetrin kanssa. Joidenkin lasten kohdalla tämä harjoittelu voidaan aloittaa 3 - 5 vuoden iässä, jolloin vasta myöhemmin. Edellytyksenä ovat muun muassa riittävä käden hienomotoriikka katetrin käsittelemiseksi, sekä hyvän istuma-asennon oppiminen. Lapselle tulisi tällöin antaa mahdollisuus harjoitteluun ja ohjaukseen esimerkiksi lasten urologisella osastolla tai poliklinikalla.

Yleisiä kysymyksiä toistokatetroinnista

Kuinka usein omatoiminen katetrointi täytyy suorittaa?

Katetrointitiheys vaihtelee henkilöstä toiseen ja riippuu katetrin käyttötarkoituksesta, nautituista nestemääristä ja esimerkiksi siitä, syötkö diureetteja. Joidenkin potilaiden täytyy tyhjentää virtsarakko 3 - 4 tunnin välein. Joillekin riittää tyhjentäminen kahdesti vuorokaudessa. Vastaanotolla lääkärisi, uroterapeuttisi tai sairaanhoitajasi ohjeistaa sinua myös katetrointiajoistasi.

Mitä katetria minun tulisi käyttää?

- Miehet voivat käyttää joko suorakärkistä katetria (niin kutsuttu Nelaton-malli), tai joissain erikoistapauksissa katetria, jonka kärki on taivutettu (niin kutsuttu Tiemann-malli).
- Pikkulapsi- ja esikouluiässä olevien poikien tulisi käyttää suorakärkistä ”puolipitkää” katetria (Nelaton-mallia).

Ohjeistuskäynnin aikana voit kokeilla, mikä malli ja koko sopii sinulle parhaiten. Lapsille pätevät samat periaatteet kuin aikuisille.

Miksi omatoiminen katetrointi on tärkeää?

Tällöin virtsatieinfektioiden ja munuaisvaurioiden riski vähenee. Jos sinulla on aiemmin ollut ongelmia rakon tahattoman tyhjenemisen tai virtsankarkailun kanssa, huomaat myös näiden ongelmien vähenevän. Huomaat myös, että käyttäessäsi toistokatetrointia virtsarakkosi säännölliseen tyhjentämiseen, virtsaustarpeesi kontrollominen on helpompaa ja elämänlaatusi paranee.

Mitä teen, jos katetri ei mene paikoilleen?

Se voi johtua siitä, että virtsaputken/virtsarakon sulkijalihakset supistuvat refleksinomaisesti. Odota hetki, älä yritä pakottaa katetria sisään. Rentoudu, hengitä muutaman kerran syvään ja yritä uudelleen. Muutama yskäisy voi myös helpottaa sulkijalihasten rentoutumista. Jos katetri ei kuitenkaan useiden yritysten jälkeen mene paikoilleen, ota yhteyttä lääkäriisi, uroterapeuttiisi tai sairaanhoitajaasi.

Voiko katetria käyttää uudestaan, jos esimerkiksi ei ole ensimmäisellä kerralla käyttänyt katetria riittävän pitkään?

Toistokatetrit ovat steriilejä, kertakäyttöisiä ja ne täytyy heittää pois heti käytön jälkeen. Lisäksi katetrin pinnoite on käyttökelvoton ensimmäisen käytön jälkeen.

Kuinka virtsarakko tyhjennetään parhaiten?

On tärkeää, että virtsarakkoon ei jää jäljelle yhtään virtsaa. Näin ollen yritä hiukan liikuttaa itseäsi ja kiertää katetria hitaasti niin, että voit olla varma viimeistenkin tippojen tyhjenemisestä. Toinen keino on yskäistä pari kertaa. Kun havaitset katetrissa ilmakuplia, virtsarakko on tyhjentynyt.

Miten toimin ulkomaanmatkoilla?

Ota mukaasi ylimääräisiä katetreja käsimatkatavaroihisi – ainahan on olemassa riski, että matkalaukkusi päätyy väärään paikkaan. Jos epäilet kohdemaan vedenlaatua, voit lisätä katetripakkaukseen tavallista juomakelpoista pullottettua vettä, tai käyttää EasiCath Set -pakkausta, jossa on mukana vesiampulli. Jos käytät SpeediCath-pakkausta, sinun ei tarvitse ajatella puhtaan veden saantia, koska SpeediCath-katetri on pakkauksessa steriilissä suolaliuoksessa. Välttääksesi ongelmia turvatarkastuksessa, voit pyytää lääkäritäsi, uroterapeuttiltasi tai sairaanhoitajaltasi todistusta, jossa esitetään, miksi sinulla on mukana katetreja. On myös hyvä tilata ilmainen Medical Information Card, jonka voit esittää lentokentän turvatarkastuksessa. Kortin voit tilata Coloplastin asiakaspalvelusta (09) 8946 750.





Mistä oireista tulisi olla erityisen huolissaan?

Virtsatieinfektion merkkejä voivat olla kirvelevä virtsavuoto tai pahanhajuinen virtsa. Kuume, pahoinvointi, maha- tai selkäkivut voivat myös olla merkkejä virtsatieinfektiosta. Ota yhteyttä lääkäriisi, uroterapeuttiisi tai sairaanhoitajaasi. Jos havaitset hiukan verta katetrissa, ei ole aihetta huoleen. Todennäköisesti se johtuu virtsaputken limakalvon lievästä ärtymisestä, joka normaalisti häviää muutamassa vuorokaudessa. Tätä verenvuotoa voidaan havaita erityisesti toistokatetroinnin käytön alussa. Jos tämä oire ei häviä tai se pahenee, ota yhteyttä lääkäriisi, uroterapeuttiisi tai sairaanhoitajaasi.

Hydrofiiliset toistokatetrit

Coloplast-valmistajalla on laaja valikoima kertakäyttöisiä hydrofiilisiä toistokatetreja. Esittelemme tässä miehille tarkoitettuja malleja.

PVC-vapaa SpeediCath® Standard

Tämä tyhjennyskatetri on käyttövalmiina nesteessä. Katetrin uniikista hydrofiilisestä pinnasta ja pyöristetyistä keruuaukoista johtuen sen aiheuttama ärsytys virtsaputken limakalvolle on minimaalinen. Tämä mahdollistaa nopean, yksinkertaisen ja turvallisen katetroinnin päivittäin.



PVC-vapaa SpeediCath® Compact Male

Erityisesti miehille suunniteltu huomaamaton hydrofiilinen toistokatetri, joka on käyttövalmiina nesteessä. Ainutlaatuinen teleskooppiominaisuus. Katetrin muotoilu tekee siitä helposti säilytettävän, kuljetettavan ja hävitettävän. Sen hygieenisuus on myös omaa luokkaansa, koska se voidaan asettaa paikoilleen hydrofiiliseen pintaan koskematta.



PVC-vapaa SpeediCath® Control

Tämä tyhjennyskatetri on käyttövalmiina nesteessä. Siinä on vahvistettu kartio-osa, mikä auttaa katetrin viemistä virtsaputkessa eturauhasen ja sulkiilihaksen ohi.



EasiCath®

Tyhjennyskatetri, jossa katetripussi täytetään vedellä, ja jossa katetrin pinta on 30 sekunnin kuluttua hyvin liukas.

EasiCath® Set

EasiCath Set -tuote on täydellinen pakkaus, joka koostuu EasiCath-katetrasta integroituna virtsapussiin, ja suolaliuos-ampullista. EasiCath Set -tuote on erinomainen esimerkiksi tapauksissa, joissa WC:n käyttö ei ole mahdollista.



Virtsaus- ja nestelista

[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Tilaustiedot

SpeediCath Standard (30 kpl / Itk)

Ch	Miesten Nelaton 40 cm	Miesten Tieman 40 cm	Miesten Control 40 cm	Naisten 20 cm	Lasten 20 cm	Poikien 30 cm
6					287060	
8	284080			285080	287080	
10	284100	284900		285100	287100	286100
12	284120	284920	282120	285120		286120
14	284140	284940		285140		
16	284160	284960		285160		
18	284180					

SpeediCath Compact (30 kpl / Itk)

Ch	Naisten 7 cm	Naisten Plus 9 cm
6	285760	
8	285780	
10	285800	288100
12	285820	288120
14	285840	288140

SpeediCath Compact Male (30 kpl / Itk)

Ch	Miesten Nelaton 33 cm
12/18	286920

SpeediBag Compact (30 kpl / Itk)

Koko	Naisten SpeediCath Compact -katetrien kanssa yhteensopiva virtsankeräyspussi
700 ml	285920

EasiCath (25 kpl / Itk)

Ch	Miesten Nelaton 40 cm	Miesten Tieman 40 cm	Naisten 20 cm	Lasten 20 cm	Poikien 30 cm
8	053480		053680	050080	050880
10	053500	053800	053700	050100	050900
12	053520	053820	053720		
14	053540	053840	053740		
16	053560	053860	053760		
18	053580	053880			

EasiCath Luer Lock (25 kpl / Itk)

Ch	Miesten Nelaton 40 cm	Naisten 20 cm
8	052880	052680
10	052900	052700
12	052920	052720
14	052940	052740
16	052960	

EasiCath katetrintisetti (20 kpl / Itk)

Ch	Miesten Nelaton 40 cm	Naisten 20 cm	Lasten 20 cm
8		280010	280120
10	280060	280020	280130
12	280070	280030	
14	280080	280040	
16	280090		
18	280100		

EasiCath Dilataatio (30 kpl / Itk)

Ch	
16	283160
18	283180

Coloplast helpottaa elämää

Coloplast kehittää ja valmistaa tuotteita ja palveluita intiimiterveydenhoitoon alueella, jolla toimiminen vaatii käyttäjien tarpeiden ja toiveiden syvällistä tuntemista. Palveluksessasi Suomessa on Coloplast Oy:n asiakaspalvelu, joka vastaa kaikkiin tuotteisiimme liittyviin kysymyksiin.

Coloplast Oy Asiakaspalvelu

- Tuotetukea arkeen
- Asiantuntevaa henkilökohtaista palvelua
- Ilmaisia tuotenäytteitä
- Tilauskäsittely

Avoinna arkisin 08.30–16.00

Puh. (09) 8946 750

asiakaspalvelu@coloplast.com

www.coloplast.fi



Yksi yhteyspiste.
Coloplast Oy

Ostomy Care
Urology & Continence Care
Wound & Skin Care

