

Virtsarakon tyhjenemishäiriö naisilla

Virtsarakon tyhjentäminen toistokatetroimalla



Oma sivuni

Virtsarakko tulee tyhjentää katetrilla joka _____ tunti.

Sairaala/vastaanotto: _____

Lääkäriini/uroterapeutini/sairaanhoitajani nimi:

Puh: _____

Puhelinaika: _____

Katetrini merkki: _____

Katetrini koko: _____

Katetrini pituus: _____ cm

Omia muistiinpanoja: _____



Virtsarakon tyhjentäminen toistokatetrilla

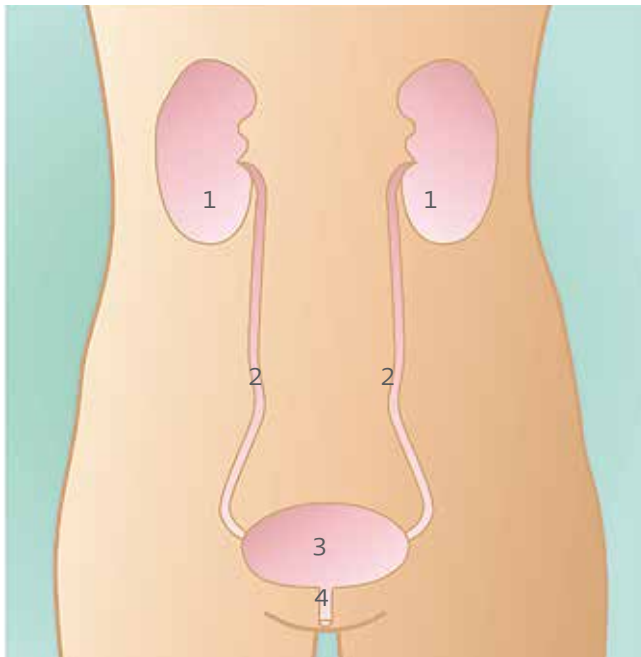
Virtsarakon tyhjenemishäiriössä potilaalla on vaikeuksia tyhjentää virtsarakkonsa kokonaan. Tämä voi riippua monista erilaisista tekijöistä. Tässä oppaassa on esitetty, miten virtsarakko tyhjenetään säännöllisesti ja täydellisesti toistokatetroimalla. Voit suorittaa katetroinnin omatoimisesti, kun olet 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 katetrointeja (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 kestopatetit. 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?

Virtsa muodostuu munuaisissa (1) monimutkaisen verensuodatusprosessin välityksellä. Munuaisista virtsa siirtyy virtsajohtimien (2) kautta alemmaksi virtsarakkoon (3). Uutta virtsaa muodostuu koko ajan ja se kerääntyy virtsarakkoon, joka tyhjenee muutaman tunnin välein. Tyhjenemisen aikana virtsarakon sulkijalihakset löystyvät, virtsarakon lihaksisto supistuu ja virtsa poistuu virtsaputken (4) kautta. Virtsaamisen normaali tiheys on 4 - 8 kertaa vuorokaudessa, jolloin virtsarakko usein sisältää 200 - 400 ml virtsaa. Virtsaamistiheys voi vaihdella riippuen nautitun nesteen määrästä.



1. Munuaiset 2. Virtsajohtimet 3. Virtsarakko 4. Virtsaputki

Syitä virtsarakon epätäydelliseen tyhjenemiseen

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

- Neurologiset vauriot/sairaudet
- Synnynnäiset epämuodostumat
- Sukuelinten tai suoliston leikkaukset
- Esimerkiksi synnytyksen tai leikkauksen yhteydessä venynyt virtsarakko

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 toistokatettrin avulla.

Toistokatetrit

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

Katettrin koko

Toistokatetreja on saatavissa eri kokoina. Koko ilmoitetaan Charrière-arvona (Ch), joka esittää katettrin 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 määrävän henkilön kanssa.

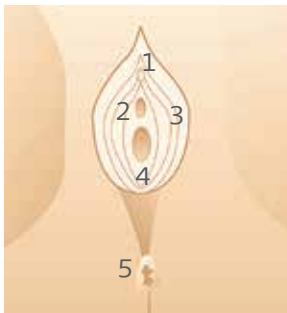
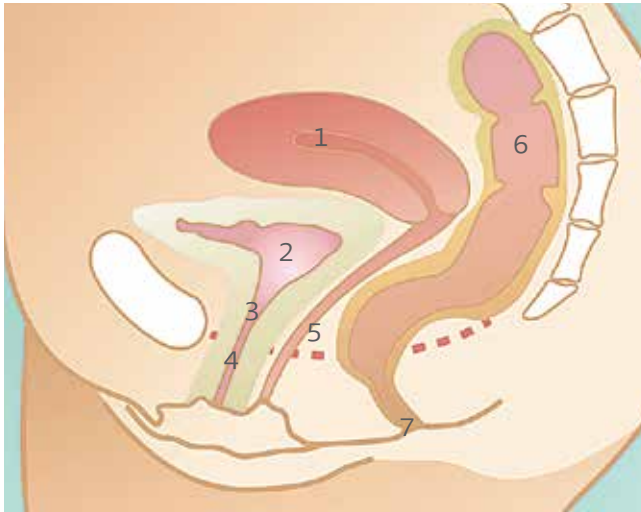


Nainen

Naisen alavirtsatiet

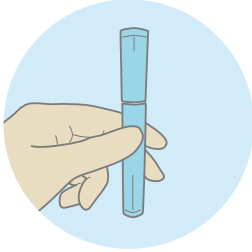
Esitetty läpileikkauksuvassa: Naisilla virtsaputki on suora ja noin 4 cm pituinen. Virtsaputken suu sijaitsee emättimen ja klitoriksen välissä.

- | | |
|------------------------------|---------------------|
| 1. Kohtu | 5. Emätin |
| 2. Virtsarakko | 6. Paksusuoli |
| 3. Virtsaputken suljajalihas | 7. Peräsuolen aukko |
| 4. Virtsaputki | |



- | |
|---------------------|
| 1. Klitoris |
| 2. Virtsaputken suu |
| 3. Häpyhuulet |
| 4. Emätinaukko |
| 5. Peräsuolen aukko |

SpeediCath® Compact Eve -katetrin käyttö



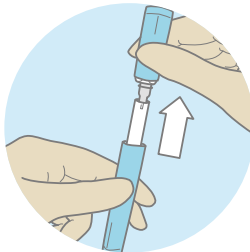
1. Jos on mahdollista, yritä virtsata ennen katetroidintia. Pese kätesi saippualla ja vedellä. Alapään pesu kerran vuorokaudessa riittää. Pidä tuotetta pystyasennossa niin, että kahva (leveä pää) osoittaa ylöspäin.



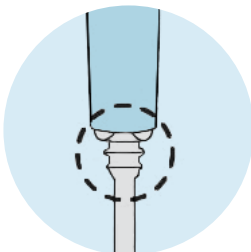
2. Avaa tuote kiertämällä yläkahvaa jompaan kumpaan suuntaan pakkauksen avaamiseksi. Tiedät, että tuote on käyttämätön, kun tunnet kahvan irtoavan säiliöstä.

Vedä kahvaa ylöspäin noin 2 cm, kunnes tunnet vastuksen.

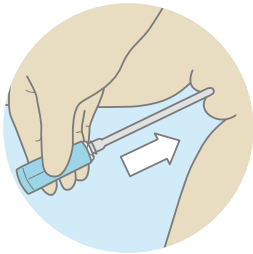
Tässä asennossa virtsapussi voidaan tarvittaessa liittää kahvan päähän.



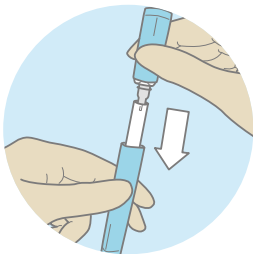
3. Avaa tuote kokonaan vetämällä kahvaa edelleen, kunnes steriili katetri paljastuu. Silloin katetri lukittuu paikalleen ja on käyttövalmis.



4. Kahvan alapuolella pitää olla kaksi rengasta näkyvillä. Nämä varmistavat, että katetri on kokonaan ulosvedetty ja valmis käytettäväksi.



5. Levitä häpyhuulia niin, että näet tai tunnet virtsaputken suun. Alussa voi olla hyvä käyttää pientä peiliä, jotta näet paremmin, mihin katetri täytyy viedä. Vie katetri varovasti niin syväälle, että virtsa alkaa valua, ja sitten vielä muutaman senttimetrin matkan pidemmälle. Jos olet sattumalta vienyt katetrin emättimeen, ota uusi katetri ja yritä uudelleen. Kun virtsantulo lakkaa, vedä katetria hitaasti ulos pieni matka. Jos virtsaa alkaa jälleen vuotaa, odota kunnes sen tulo loppuu täysin. Vedä sen jälkeen katetri kokonaan pois.



6. Tuote voidaan sulkea uudelleen kuljetuksen ja hävittämisen helpottamiseksi työntämällä katetri kokonaan takaisin säiliöön. Pese kätesi toimenpiteen jälkeen.

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

SpeediCath® Compact -katetrin käyttö



1. Jos on mahdollista, yritä virtsata ennen katet-rointia. Pese kätesi saippualla ja vedellä. Alapään pesu kerran vuorokaudessa riittää. Pidä tuotetta pystyasennossa niin, että putken kaulaosa osoittaa alaspäin.



2. Murra sinetti kiertämällä putken kahta osaa eri suuntiin.



3. Vedä putken osat erilleen, kunnes kuulet nap-sahduksen. Putken osien erottaminen kunnolla on tärkeätä, jotta katetri lukittuu tiukasti.



4. Alempi putken osa voidaan tyhjentää suolaliuoksesta ja heittää roskeen. Katetri on nyt käyttövalmis.



5. Levitä häpyhuulia niin, että näet tai tunnet virtsaputken suun. Alussa voi olla hyvä käyttää pientä peiliä, jotta näet paremmin, mihin katetri täytyy viedä. Vie katetri varovasti niin syvälle, että virtsa alkaa valua, ja sitten vielä muutaman senttimetrin matkan pidemmälle. Jos olet sattumalta vienyt katetrin emättimeen, ota uusi katetri ja yritä uudelleen. Kun virtsantulo lakkaa, vedä katetria hitaasti ulos pieni matka. Jos virtsaa alkaa jälleen vuotaa, odota kunnes sen tulo loppuu täysin. Vedä sen jälkeen katetri kokonaan pois ja heitä se roskeen. Pese kätesi toimenpiteen jälkeen.

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

SpeediCath® Standard -katetrin käyttö



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



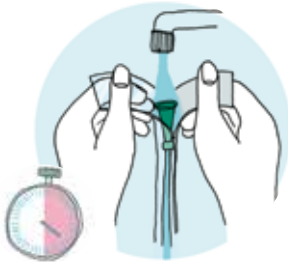
2. Jos on mahdollista, yritä virtsata ennen katetrintointia. Pese kätesi saippualla ja vedellä. Alapään pesu kerran vuorokaudessa riittää.



3. Levitä häpyhuulia niin, että näet tai tunnet virtsaputken suun. Alussa voi olla hyvä käyttää pientä peiliä, jotta näet paremmin, mihin katetri täytyy viedä. Vie katetri varovasti niin syväälle, että virtsa alkaa valua, ja sitten vielä muutaman senttimetrin matkan pidemmälle. Jos olet sattumalta vienyt katetrin emättimeen, ota uusi katetri ja yritä uudelleen. Kun virtsantulo lakkaa, vedä katetria hitaasti ulos pieni matka. Jos virtsaa alkaa jälleen vuotaa, odota kunnes sen tulo loppuu täysin. Vedä sen jälkeen katetri kokonaan pois ja heitä se roskiin. Pese kätesi toimenpiteen jälkeen.

Vihje! 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 kuoria erilleen 5 - 6 cm matkalta. Täytä katetripakkaus vesijohtovedellä. Kiinnitä se sitten seinään tai pesualtaaseen pakkauksen takaosassa olevan teipin avulla. Katetri on käyttövalmis 30 sekunnin kuluttua.

Vihje! 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.



3. Levitä häpyhuulia niin, että näet tai tunnet virtsaputken suun. Alussa voi olla hyvä käyttää pientä peiliä, jotta näet paremmin, mihin katetri täytyy viedä. Vie katetri varovasti niin syvälle, että virtsa alkaa valua, ja sitten vielä muutaman senttimetrin matkan pidemmälle. Jos olet sattumalta vienyt katetrin emättimeen, ota uusi katetri ja yritä uudelleen. Kun virtsantulo lakkaa, vedä katetria hitaasti ulos pieni matka. Jos virtsaa alkaa jälleen vuotaa, odota kunnes sen tulo loppuu täysin. Vedä sen jälkeen katetri kokonaan pois ja heitä se roskiin. Pese kätesi toimenpiteen jälkeen.

Vihje! 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, jollain 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, uroterapeutti tai sairaanhoitajasi ohjeistaa sinua myös katetrointiajoistasi.

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 kontrollointi 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.

Voidaanko katetrointi suorittaa kuukautisten aikana?

Katetrointi voidaan suorittaa aivan tavanomaisesti. Jos virtsaputkesta tulee hiukan verta katetroinnin aikana, huuhto se pois. Muutoin asia on vaaraton.

Kuinka virtsarakko tyhjenetään 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 pullotettua 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.

Vältäaksesi ongelmia turvatarkastuksessa, voit pyytää lääkäriltäsi, uroterapeutiltasi tai sairaanhoitajaltasi todistusta, jossa esitetään, miksi sinulla on mukana katetreja. Voit tilata tällaisen matkustuskortin Coloplast asiakas-palvelusta puh. (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.

SpeediCath® Hydrofiiliset toistokatetrit

Coloplastilla on laaja valikoima kertakäyttöisiä hydrofiilisiä toistokatetreja. Esittelemme tässä naisille tarkoitettuja malleja.

SpeediCath® Compact Eve (PVC-vapaa)

Tyylikkään ja huomaamattomin katetrimme. Se on suunniteltu ottaen huomioon katetroivien naisten tarpeet. Sen avulla katetrointi on entistä turvallisempaa ja helpompaa. Katetri avautuu kiertämällä. Kolmiomainen muoto takaa, että siitä saa paremman otteen. Tarvittaessa katetri voidaan helposti yhdistää virtsapussiin, se sisältää integroidun virtsapussiliitoksen. Katetrin 9 cm pituus sopii erinomaisesti naisille, virtsaputken pituus on yleensä 3 - 5 cm. Käytön jälkeen se voidaan helposti sulkea uudelleen ja hävittää huomaamattomasti.



SpeediCath® Compact (PVC-vapaa)

Tämä toistokatetri on käyttövalmiina nesteessä. Katetri on erityisesti suunniteltu naisten 3 - 5 cm pituista virtsaputkea varten, jolloin tämä 7 cm pituinen katetri on sopiva toistokatetroinnin suorittamiseksi. SpeediCath Compact Plus on 2 cm pidempi. Se sopii potilaille, jotka tarvitsevat hiukan pidempiä katetreja.



SpeediBag® Compact

Virtsankeräyspussin vetoisuus on 700 ml, ja se on suunniteltu käytettäväksi SpeediCath Compact katetrin kanssa, mutta se on yhteensopiva myös muiden katetrien liittimiin. Kateroinnin jälkeen voit tyhjentää pussin heti tai työntää katetrin pussiin, sitoa sen ja hävittää myöhemmin.



SpeediCath® Standard (PVC-vapaa)

SpeediCath Standard on ensimmäinen heti käyttövalmis hydrofiilisesti päällystetty katetri, joka on pakattu keittosuolaliuokseen. Pakkaus on helppo avata rengasmaisesta lenkistä ja pakkauksessa olevan tarran avulla voidaan kiinnittää esim. seinäpinnalle helpottamaan valmistelua.



EasiCath®

Toistokatetri, 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 -katetrusta integroituna virtsapussiin ja suolaliuos-ampullista. EasiCath Set -tuote on erinomainen esimerkiksi tilanteissa, joissa WC:n käyttö ei ole mahdollista.



Vihje!

Joskus omatoiminen katetrointi voi olla vaikeaa. Jos potilaan hienomotoriikka on huono, tarjoamme apuvälineitä katetroinnin suorittamiseksi. Naiset voivat käyttää apuna myös peiliä.

SpeediCath® tuotevalikoima naisille

Tuote		CH	Pituus (cm)	Tuotenumero	Kpl/ltk
SpeediCath® Compact Eve	Naiset	10	9	281100	30
	Naiset	12	9	281120	30
	Naiset	14	9	281140	30
SpeediCath® Compact	Tytöt	6	7	285760	30
	Tytöt	8	7	285780	30
	Naiset	10	7	285800	30
	Naiset	12	7	285820	30
	Naiset	14	7	285840	30
SpeediCath® Compact Plus	Naiset	10	9	288100	30
	Naiset	12	9	288120	30
	Naiset	14	9	288140	30
SpeediCath® Standard	Naiset	8	20	285080	30
	Naiset	10	20	285100	30
	Naiset	12	20	285120	30
	Naiset	14	20	285140	30
	Naiset	16	20	285160	30
	Lapset	6	20	287060	30
	Lapset	8	20	287080	30
	Lapset	10	20	287100	30
SpeediBag® Compact 700ml				285920	30

EasiCath® tuotevalikoima naisille

Tuote		CH	Pituus (cm)	Tuotenumero	Kpl/ltk
EasiCath	Naiset	8	20	053680	25
	Naiset	10	20	053700	25
	Naiset	12	20	053720	25
	Naiset	14	20	053740	25
	Naiset	16	20	053760	25
	Lapset	8	20	050080	25
	Lapset	10	20	050100	25
	EasiCath katetrintisetti	Naiset	8	20	280010
Naiset		10	20	280020	20
Naiset		12	20	280030	20
Naiset		14	20	280040	20
Lapset		8	20	280120	20
Lapset		10	20	280130	20
EasiCath Luer Lock	Naiset	8	20	052680	25
	Naiset	10	20	052700	25
	Naiset	12	20	052720	25
	Naiset	14	20	052740	25
EasiCath Dilataatio	Naiset	16		052680	25
	Naiset	18		052700	25

Coloplast Oy asiakaspalvelu

Coloplastin asiakaspalvelusta saat tuotetukea, käyttö-opastusta ja neuvontaa avanne- ja kontinenssituotteille, ilmaisia tuotenäytteitä sekä asiantuntevaa henkilökohtaista palvelua

COLOPLAST ASIAKASPALVELU

Puh. (09) 8946 750

asiakaspalvelu@coloplast.com

www.coloplast.fi

Coloplast kehittää tuotteita ja palveluja, joiden tavoitteena on helpottaa intiimiä terveydenhuoltoa tarvitsevien henkilöiden elämää. Läheinen yhteistyö käyttäjien kanssa auttaa meitä luomaan ratkaisuja, jotka huomioivat käyttäjien erityiset tarpeet. Kutsumme tätä intiimi-terveydenhoidoksi. Valmistamme, kehitämme ja markkinoimme avanne-, kontinenssi-, haavan- ja ihonhoitotuotteita sekä urologisia tuotteita.

Ostomy Care / Continence Care / Wound & Skin Care / Urology Care

Coloplast Oy, Äyritie 12 B, 01510 Vantaa

www.coloplast.fi Coloplast logo on Coloplast A/S:n rekisteröimä tavaramerkki.

© [2018-06] Kaikki oikeudet pidätetään Coloplast Oy



FIN_410N770021032