

Αθανάσιος Ρήγας MD, FEBU, PhD
Χειρουργός Ουρολόγος Ανδρολόγος
Διευθυντής Ουρολογικής Κλινικής

Ό,τι χρειάζεται να γνωρίζετε για
τον διαλείποντα καθετηριασμό





Περιεχόμενα

Εισαγωγή	4
Το ουροποιητικό σύστημα	5
Ανατομία του γυναικείου κατώτερου ουροποιητικού	6
Ανατομία του ανδρικού κατώτερου ουροποιητικού	6
Λόγια δυσλειτουργίας της κένωσης	7
Διαλείπων καθετηριασμός και άλλες εναλλακτικές μέθοδοι	8
Περιγραφή των καθετήρων	10
Ποιόν καθετήρα πρέπει να χρησιμοποιήσετε;	11
Πόσο συχνά πρέπει να χρησιμοποιείτε τον καθετήρα;	11
Πώς να χρησιμοποιείτε τον καθετήρα (για άνδρες)	12
Πώς να χρησιμοποιείτε τον καθετήρα (για γυναίκες)	14
Όσα θα ήταν καλό να γνωρίζετε για τον διαλείποντα καθετηριασμό	16
Χρήσιμες οδηγίες	19
Ερωτήσεις - Απαντήσεις	20
Παιδιά και καθετηριασμός	21
Οδηγίες καθετηριασμού για αγόρια	22
Οδηγίες καθετηριασμού για κορίτσια	24
SpeediCath Compact έτοιμος λιπασμένος υδρόφιλος ανδρικός καθετήρας	26
SpeediCath Compact έτοιμος λιπασμένος υδρόφιλος γυναικείος καθετήρας	27
SpeediCath έτοιμος λιπασμένος υδρόφιλος καθετήρας	28
Ουροσυλλέκτες	29
Συμπληρωματικά προϊόντα	30
Άλλα προϊόντα φροντίδας διαχείρισης ούρων	30
Αποζημίωση προϊόντων από τα ταμεία	30
Προμήθεια των προϊόντων στο σπίτι	30
Τμήμα επικοινωνίας	31

Εισαγωγή

Είναι πολλοί οι λόγοι για τους οποίους κάποιοι άνθρωποι δε μπορούν να ουρήσουν με την θέλησή τους και χρειάζεται να καθετηριάζονται. Η κατάσταση αυτή μπορεί να είναι προσωρινή ή μπορεί να υπάρχει μια μόνιμη ανάγκη για καθετηριασμό.

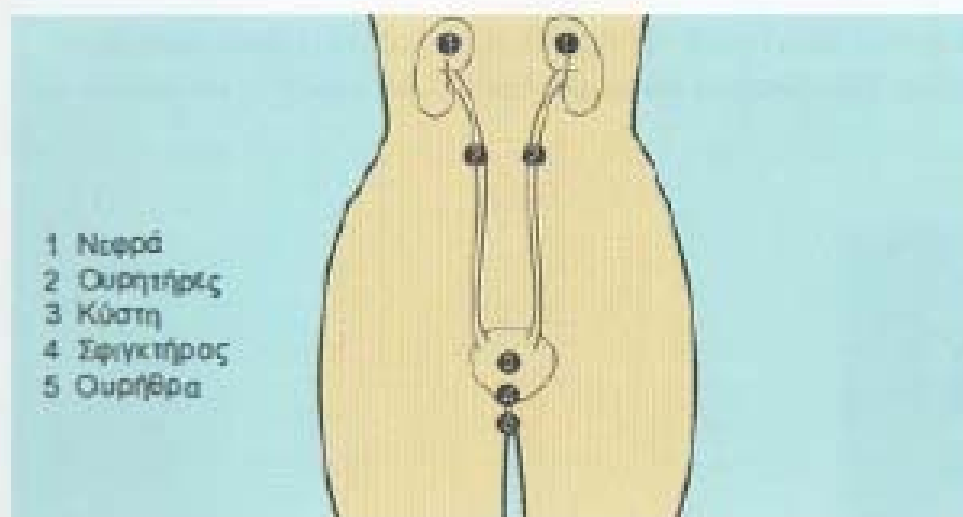
Σε περίπτωση που σας έχει συστήσει ο ιατρός σας να μπειτε σε πρόγραμμα διαλειπόντων καθετηριασμών δε χρειάζεται να ανησυχείτε γιατί με την ιατρική καθοδήγηση, την προσωπική φροντίδα και τη χρήση σύγχρονων υλικών διαχείρισης ούρων, θα καταφέρετε να έχετε έναν δημιουργικό, ενδιαφέροντα και ανεξάρτητο τρόπο ζωής.

Μέσα από αυτό το εγχειρίδιο σκοπεύουμε να σας δώσουμε μια συμπληρωματική ενημέρωση σε αυτή που έχετε ήδη λάβει προφορικά από τον ιατρό σας. Το εγχειρίδιο αυτό περιλαμβάνει πληροφορίες σχετικές με τον διαλείποντα καθετηριασμό, συμβουλές και απαντήσεις σε πολλές από τις ερωτήσεις που ίσως έχετε.

Ελπίζουμε οι πληροφορίες που υπάρχουν μέσα σε αυτό το εγχειρίδιο να σας βοηθήσουν να διαχειριστείτε τη νέα κατάσταση με αυτοπεποίθηση, ώστε να ενσωματώσετε τον διαλείποντα καθετηριασμό στις καθημερινές σας δραστηριότητες.

Ο αυτοκαθετηριασμός πρέπει να εφαρμόζεται μόνο όταν προτείνεται από τον ιατρό σας και κατόπιν καθοδήγησής του.

Το ουροποιητικό σύστημα



Η λειτουργία του ουροποιητικού συστήματος συνίσταται στην παραγωγή και αποβολή των ούρων και κατά συνέπεια στην αποβολή των περιττών ουσιών και τη διατήρηση του ισοζυγίου των υγρών στον οργανισμό.

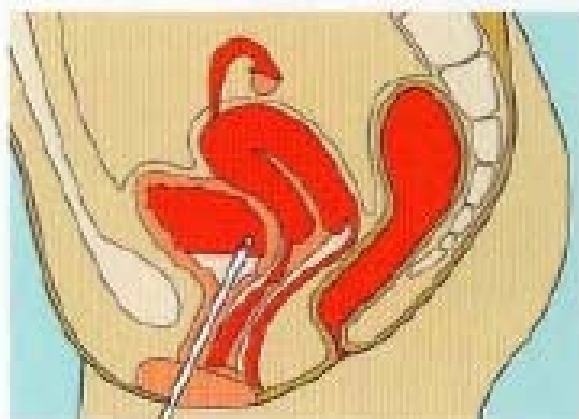
Η παραγωγή των ούρων γίνεται από τα νεφρά. Εδώ φιλτράρεται το αίμα και οι περιττές ουσίες εκκρίνονται στα ούρα. Τα ούρα οδηγούνται από τα νεφρά μέσω των ουρητήρων στην ουροδόχο κύστη μέσα στην οποία αποθηκεύονται μέχρι να νιώσετε την αίσθηση να κενώσετε την κύστη σας.

Η κύστη αδειάζει ανά τακτά χρονικά διαστήματα, συνήθως κάθε 3 με 4 ώρες κατά τη διάρκεια της ημέρας. Ο αριθμός των κενώσεων εξαρτάται από αρκετούς παράγοντες όπως τη λήψη υγρών, τη σωματική δραστηριότητα και τη χωρητικότητα της κύστης, π.χ. αν πιείτε 1,5 λίτρο υγρών σε μία ημέρα και η χωρητικότητα της κύστης σας είναι 400 ml, θα κενώσετε την κύστη σας 4 φορές. Αν πιείτε τη διπλή ποσότητα υγρών, ίσως να χρειαστεί να κενώσετε την κύστη σας τις διπλάσιες φορές. Ο διαλείπων καθημερινισμός είναι ένας εναλλακτικός τρόπος κένωσης της κύστης και συχνά ακολουθείται όταν κάποιος δε μπορεί να κενώσει την κύστη του με φυσικό τρόπο ή να την αδειάσει πλήρως.

Ανατομία του γυναικείου κατώτερου ουροποιητικού

Η ουροδόχος κύστη είναι ένα κοίλο όργανο που περιβάλλεται από μυς και βρίσκεται στο κάτω μέρος της κοιλιακής κοιλότητας. Στην έξοδο της ουροδόχου κύστης υπάρχει ο σφιγκτήρας που ασφαλίσει ώστε τα ούρα να μένουν μέσα σε αυτήν.

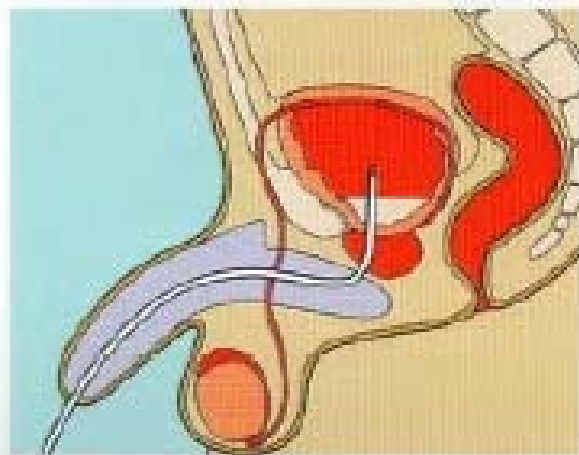
Στην έξοδό της, η ουροδόχος κύστη ενώνεται με την ουρήθρα. Η ουρήθρα έχει μήκος περίπου 3-5 εκατοστά στις γυναίκες και έχει άνοιγμα πάνω από τον κόλπο, ακριβώς κάτω από την κλειτορίδα.



Ανατομία του ανδρικού κατώτερου ουροποιητικού

Η ουροδόχος κύστη είναι ένα κοίλο όργανο που περιβάλλεται από μυς και βρίσκεται στο κάτω μέρος της κοιλιακής κοιλότητας. Στην έξοδο της ουροδόχου κύστης υπάρχει ο σφιγκτήρας που ασφαλίσει ώστε τα ούρα να μένουν μέσα σε αυτήν.

Ακριβώς κάτω από τον σφιγκτήρα, βρίσκεται ο προστάτης ο οποίος περιβάλλει την ουρήθρα.



Λόγοι δυσλειτουργίας της κένωσης

Υπάρχουν αρκετοί λόγοι για τους οποίους κάποιοι άνθρωποι έχουν δυσκολία στην κένωση.

Οι πιο συχνοί είναι:

- Νευρολογικής αιτιολογίας:
 - μετά από τραυματικές ή παθολογικές κακώσεις νωτιαίου μυελού που οδηγούν π.χ. σε παραπληγία ή τετραπληγία.
 - ως αποτέλεσμα νευρολογικών παθήσεων, π.χ. σκλήρυνση κατά πλάκας, σακχαρώδη διαβήτη ή νόσο του Parkinson.
 - μετά από χειρουργική επέμβαση στην περιοχή της πυέλου.
 - υπερτροφία του προστάτη.
 - μετά από τοκετό.
 - μετά από αναισθησία.
- Συγγενείς βλάβες, όπως μυελομηνιγγόκυλη.
- Φάρμακα με παρενέργειες στη λειτουργία της κύστης.
- Δυσκοιλιότητα.

Για κανένα λόγο δεν πρέπει τα ούρα να κατακρατούνται στην κύστη, διότι σε περίπτωση που παραμείνουν για αρκετό διάστημα μπορεί να προκληθούν λοιμώξεις. Αν η ουροδόχος κύστη δεν κενώνεται πλήρως κάθε 3 με 4 ώρες, τα βακτήρια βρίσκουν ευνοϊκές συνθήκες για να αναπτυχθούν με ενδεχόμενο αποτέλεσμα την εμφάνιση ουρολοιμώξεων.

Επιπλέον, μια πλήρης κύστη μπορεί να προκαλέσει βλάβη στο ανώτερο ουροποιητικό σύστημα καθώς και άλλες επιπλοκές.

Αν έχουν υποστεί βλάβες οι μυϊκές λειτουργίες του ουροποιητικού συστήματος και είναι

ανέφικτο να διασφαλιστεί μια πλήρης κένωση της ουροδόχου κύστης, θα απομείνουν ούρα στο κατώτερο τμήμα της. Ο συνήθης όρος για αυτό είναι υπόλειμμα ούρων, το οποίο μπορεί να είναι πολύ βλαβερό αφού το περιβάλλον που δημιουργείται είναι ιδανικό για την ανάπτυξη μικροβίων.

Η μέθοδος του καθαρού διαλείποντα καθετηριασμού θα διασφαλίσει την αποτελεσματική κένωση της κύστης και θα μειώσει τις λοιμώξεις του ουροποιητικού συστήματος.

Υπάρχει επίσης μια ειδική στους άνδρες κατάσταση γνωστή ως στένωση της ουρήθρας, δηλαδή ο περιορισμός της διαμέτρου της ουρήθρας, η οποία μπορεί να δυσχεραίνει τη έξοδο των ούρων. Μια απλή επέμβαση, γνωστή και ως ουρηθροτομή, μπορεί να τη διορθώσει. Ο καθετήρας όμως σε αυτή την περίπτωση πρέπει να χρησιμοποιηθεί έως ότου επουλωθεί η ουρήθρα από την επέμβαση και αποκλειστεί ο κίνδυνος απόφραξης.

Στην περίπτωση της υπερτροφίας του προστάτη μπορεί να εμποδιστεί η κανονική ροή των ούρων σε ένα ή περισσότερα σημεία της ουρήθρας, εμποδίζοντας την πλήρη κένωση της ουροδόχου κύστης. Αυτό ενδεχομένως να οδηγήσει σε κατακράτηση των ούρων και σε αύξηση του κινδύνου λοίμωξης στο ουροποιητικό σύστημα.

Διαλείπων καθετηριασμός και άλλες εναλλακτικές μέθοδοι για τη φροντίδα της κύστης σας

Υπάρχουν πολλές διαθέσιμες επιλογές για να κενώσετε την κύστη σας. Ο διαλείπων καθετηριασμός θεωρείται η βέλτιστη επιλογή συγκρινόμενη με άλλες μεθόδους, όπως τη μέθοδο Crede, το μόνιμο καθετήρα, τους υπερηβικούς καθετήρες και τις υπερηβικές πιέσεις. Ο διαλείπων καθετηριασμός προσφέρει χαμηλότερο κίνδυνο εμφάνισης βραχυχρόνιων και μακροχρόνιων επιπλοκών (όπως λοιμώξεις του ουροποιητικού συστήματος, πέτρες στα νεφρά ή νεφρικές διαταραχές). Ο επαγγελματίας υγείας θα σας βοηθήσει να καθορίσετε το καθημερινό σας πρόγραμμα καθετηριασμού με σκοπό να αποκτήσετε όσο το δυνατόν καλύτερο έλεγχο της κύστης σας.

Ανεξάρτητα από τον τύπο βλάβης που έχει η κύστη σας (χαλαρή, αντανakλαστική ή συνδυασμός και των δύο) μπορείτε να χρησιμοποιείτε τον καθετήρα για να την κενώνετε. Ο καθετήρας είναι ένας λεπτός σωλήνας ο οποίος εισέρχεται στην κύστη σας μέσω της ουρήθρας. Το άκρο του καθετήρα είναι στρογγυλεμένο και έχει μικρά ανοίγματα στις άκρες ώστε να εισέρχονται τα ούρα μέσα σε αυτόν από την κύστη.

Διαλείπων καθετηριασμός

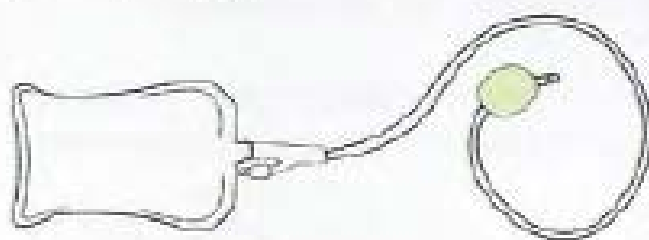
Ο καθετηριασμός πραγματοποιείται 4-6 φορές ημερησίως ή όσες φορές σας έχει συστήσει ο επαγγελματίας υγείας, με σκοπό να κενώσετε την κύστη σας. Όταν η κύστη κενώσει πλήρως ο καθετήρας εξάγεται.

Ο διαλείπων καθετηριασμός εκτός από το να σας βοηθά να διατηρείτε υγιή την κύστη σας, μέσω της μείωσης των επιπλοκών, έχει και άλλα οφέλη. Σας δίνει τη δυνατότητα να ελέγχετε την κύστη σας και σε συνδυασμό με φαρμακευτική αγωγή, αν χρειαστεί, να διατηρήσετε την σεξουαλική σας ζωή.



Μόνιμος καθετηριασμός

Ο καθετήρας εισέρχεται στην κύστη σας μέσω της ουρήθρας (ουρηθρικός καθετηριασμός) ή μέσω της κοιλιακής χώρας (υπερηβικός καθετηριασμός). Όταν ο καθετήρας εισέλθει, ένα μικρό μπαλονάκι φουσκώνει για να κρατήσει τον καθετήρα στη θέση του. Ο καθετήρας δεν αφαιρείται αμέσως μετά από κάθε κένωση της κύστης αλλά αλλάζεται ανά τακτά χρονικά διαστήματα. Ο μόνιμος καθετήρας συνήθως προτείνεται σαν προσωρινή λύση ή όταν δεν υπάρχει κάποια άλλη εναλλακτική εξαιτίας του αυξημένου κινδύνου εμφάνισης επιπλοκών που σχετίζονται με τη μακροχρόνια χρήση του (λοιμώξεις του ουροποιητικού, νεφρικές διαταραχές, πόνος κατά την ούρηση (δυσουρία), ακράτεια, βλάβες στην ουρήθρα).





Ο μόνιμος καθετήρας συνήθως προτείνεται τις πρώτες εβδομάδες μετά από την κάκωση του ωχτιαίου μυελού. Ωστόσο για τους περισσότερους ανθρώπους, ο διαλείπων καθετηριασμός ενδείκνυται για μακροχρόνια χρήση καθώς μειώνει τις επιπλοκές και μπορεί να βοηθήσει στη βελτίωση της ποιότητας ζωής. Επίσης μπορεί να μειώσει τις διαρροές και να σας κάνει να αισθάνεστε πιο ανεξάρτητοι και με μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση.

Έρευνες έχουν επίσης αποδείξει ότι ο διαλείπων καθετηριασμός μειώνει τις πιθανότητες εμφάνισης λοίμωξης ή κάποιας άλλης επιπλοκής. Συνεπώς, κάνοντας χρήση αυτής της τεχνικής, μπορείτε να προστατεύσετε την κύστη και τα νεφρά σας από μακροχρόνιες βλάβες.

Αν έχετε κάποια διαρροή ούρων, θα πρέπει να το συζητήσετε με τον επαγγελματία υγείας που σας παρακολουθεί με σκοπό να εντοπίσει την πραγματική αιτία του προβλήματος και να σας βοηθήσει να αποφασίσετε ποια θεραπεία είναι κατάλληλη για εσάς. Η φαρμακευτική αγωγή καθώς και η ψυχολογική υποστήριξη μπορεί να σας βοηθήσουν. Επίσης, ίσως χρειαστείτε και επιπρόσθετους τρόπους διαχείρισης των ούρων, όπως εξωτερικοί καθετήρες και ουροσυλλέκτες. Θα πρέπει πάντα να συμβουλευέστε τον επαγγελματία υγείας για τις εναλλακτικές θεραπείες που κάθε φορά ακολουθείτε πριν ξεκινήσετε.

Περιγραφή των καθετήρων

Υπάρχουν διάφοροι τύποι καθετήρων για διαλείποντα καθετηριασμό. Για όλους αυτούς τους τύπους, είναι σημαντικό η εξωτερική επιφάνεια του καθετήρα να είναι όσο το δυνατό πιο λεία, διότι ο καθετηριασμός είναι μια επαναλαμβανόμενη διαδικασία. Συνεπώς είναι βασικό ο καθετήρας να εισέρχεται στην ουρήθρα όσο το δυνατό πιο ομαλά χωρίς να τραυματίζει τον ευαίσθητο βλεννογόνο υμένα της.

Υπάρχουν δύο τύποι καθετήρων για διαλείποντα καθετηριασμό:

- Μη λιπασμένοι καθετήρες που η εξωτερική επιφάνειά τους λιπαίνεται με την χρήση γέλης.
- Υδρόφιλοι καθετήρες οι οποίοι χωρίζονται σε δύο επιπλέον τύπους:

- Υδρόφιλοι καθετήρες που η λίπανση είναι στην επιφάνεια του καθετήρα και ενεργοποιείται όταν έρχεται σε επαφή με νερό.
- Υδρόφιλοι καθετήρες συσκευασμένοι σε διάλυμα, έτοιμοι προς χρήση οποιαδήποτε στιγμή.

Όταν κενώνετε την κύστη σας, τα ούρα πρέπει να συλλέγονται κάπου. Μερικά άτομα κενώνουν την κύστη τους απευθείας στην τουαλέτα, ενώ άλλα σε ουροσυλλέκτη που συνδέεται με τον καθετήρα.

Το σετ καθετήρα, που περιέχει ένα καθετήρα, νερό και έναν ουροσυλλέκτη, είναι πολύ χρήσιμο τη νύχτα, όταν ταξιδεύετε, όταν είστε κλινήρεις (π.χ. κατά τη διάρκεια ασθένειας) ή όταν δεν υπάρχει πρόσβαση σε κάποια τουαλέτα.



Ποιόν καθετήρα πρέπει να χρησιμοποιήσετε;

Είναι σημαντικό για εσάς να χρησιμοποιείτε το σωστό τύπο καθετήρα και το σωστό μέγεθος. Ο επαγγελματίας υγείας θα σας βοηθήσει να βρείτε ακριβώς αυτόν που χρειάζεστε.

Πόσο συχνά πρέπει να χρησιμοποιείτε τον καθετήρα;

Αυτό διαφέρει για κάθε άτομο και εξαρτάται από την αιτία του καθετηριασμού, την ποσότητα των προσλαμβανομένων υγρών και την φαρμακευτική αγωγή που ενδεχομένως να ακολουθεί. Κάποιοι άνθρωποι χρειάζονται να κενώνουν την κύστη τους 4 με 6 φορές κατά την διάρκεια της ημέρας. Εκείνοι που καθετηριάζονται για διάνοιξη της ουρήθρας μετά από κάποια επέμβαση, συνήθως ακολουθούν τη διαδικασία δύο φορές ημερησίως για τον πρώτο μήνα και μια φορά την εβδομάδα για τους επόμενους 12 μήνες. Ο θεράπων ιατρός θα σας πει πόσο συχνά χρειάζεται να καθετηριάζεστε.

Στην αρχή ο θεράπων ιατρός ίσως σας ζητήσει να κρατήσετε κάποιο αρχείο σχετικά με την ποσότητα των ούρων που απαβάλετε κάθε φορά. Αυτός είναι ένας καλός τρόπος για να υπολογίσει πόσους καθετηριασμούς πρέπει να κάνετε ημερησίως.

Πώς να χρησιμοποιείτε τον καθετήρα (για άνδρες)

Η κένωση της κύστης επιτυγχάνεται καλύτερα σε καθιστή ή όρθια θέση. Η κένωση της κύστης σε κλινίρη (οριζόντια) θέση μπορεί να εμποδίσει την πλήρη κένωσή της.



Πλύνετε τα χέρια σας με νερό και σαπούνι. Αν δεν έχετε πρόσβαση σε σαπούνι και νερό, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αντιβακτηριδιακό αλκοολούχο διάλυμα ή καθαριστικά μαντηλάκια. Κατεβάστε το παντελόνι σας ώστε να μπορείτε να κινηθείτε εύκολα για τον καθετηριασμό. Σε περίπτωση που καθετηριάζετε καθισμένος μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τον γάντζο ή μια κρεμάστρα για να κρατήσετε τα ρούχα σας μακριά από την περιγεννητική περιοχή.



Τραβήξτε προσεκτικά την ακροποσθία και καθαρίστε τη βάλανο χρησιμοποιώντας γάζα, σαπούνι και νερό.



Ανοίξτε τη συσκευασία περιστρέφοντας το καπάκι. Στη συνέχεια τραβήξτε το λευκό άκρο προς τα επάνω, για να απελευθερώσετε τον καθετήρα. Ο καθετήρας είναι έτοιμος για χρήση μόλις ακουστεί ο χαρακτηριστικός ήχος (κλικ) από την ένωση των δύο τμημάτων του καθετήρα.



Κρατήστε το πέος όρθιο προς την κοιλιά σας. Βεβαιωθείτε ότι δεν πιέζετε σφιχτά την ουρήθρα, διότι αυτό δυσκολεύει την εισαγωγή του καθετήρα. Αν θέλετε μπορείτε να συνδέσετε έναν ουροσυλλέκτη. Εισάγετε σιγά σιγά τον καθετήρα μέσα στην ουρήθρα. Συνεχίστε να εισάγετε τον καθετήρα έως ότου φτάσει στην ουροδόχο κύστη σας και τα ούρα ξεκινήσουν να ρέουν.



Μόλις τα ούρα ξεκινήσουν να ρέουν, συνεχίστε να τον εισάγετε λίγο ακόμα. Περιμένετε έως ότου σταματήσει η ροή των ούρων. Για να αποφύγετε τις λοιμώξεις του ουροποιητικού συστήματος, θα πρέπει η κύστη να αδειάσει πλήρως. Όταν η ροή των ούρων σταματήσει, τραβήξτε ελάχιστα, λίγα εκατοστά, τον καθετήρα, έτσι θα αδειάσει τελείως η κύστη. Αφαιρέστε τον καθετήρα αργά με περιστροφικές κινήσεις.



Αφού αφαιρέσετε τον καθετήρα τοποθετείστε τον στην συσκευασία του πιέζοντας με το καπάκι το λευκό του άκρο. Βιδώστε το καπάκι και πετάξτε τον στα σκουπίδια. Τελειώνοντας πλύνετε τα χέρια σας με σαπούνι και νερό.

Πώς να χρησιμοποιείτε τον καθετήρα

(για γυναίκες)

Η κένωση της κύστης επιτυγχάνεται καλύτερα σε καθιστή ή όρθια θέση. Η κένωση της κύστης σε κλινική (οριζόντια) θέση μπορεί να εμποδίσει την πλήρη κένωσή της.



Πλύνετε τα χέρια σας με νερό και σαπούνι. Αν δεν έχετε πρόσβαση σε σαπούνι και νερό, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αντιβακτηριδικό αλκοολούχο διάλυμα ή καθαριστικά μαντηλάκια. Κατεβάστε τα ρούχα σας και καθίστε κάπου έτσι ώστε να μπορείτε να ανοίξετε τα πόδια σας για να έχετε εύκολη πρόσβαση στην ουρήθρα σας. Αν σας διευκολύνει μπορείτε να χρησιμοποιήσετε μια ειδική συσκευή που συγκρατεί τα πόδια σας διαχωρισμένα.



Διαχωρίστε τα εξωτερικά χείλη με τα δάκτυλα του ενός χεριού σας, ενώ με το άλλο χέρι πιάστε μια γάζα και καθαρίστε πρώτα τα εξωτερικά χείλη από πάνω προς τα κάτω. Πετάξτε τη πρώτη γάζα και με μια άλλη καθαρίστε την ουρήθρα.



Κρατήστε τον καθετήρα κατωκόρυφα με τη στενή πλευρά να δείχνει προς τα κάτω. Σπάστε την ασφάλεια της συσκευασίας στρέφοντας απαλά τα δύο τμήματα της σε αντίθετη κατεύθυνση. Τραβήξτε προς αντίθετη κατεύθυνση και τα δύο τμήματα του καθετήρα ώστε να απομακρυνθούν και σταματήστε όταν αισθανθείτε μια ελαφριά αντίσταση.

Βασικά βήματα για την αφαίρεση του καθετήρα



Εισάγετε τον καθετήρα στην ουρήθρα με ήρεμες κινήσεις. Συνεχίστε να εισάγετε τον καθετήρα μέχρι τα ούρα ξεκινήσουν να ρέουν. Συνεχίστε ακόμα λίγο.

Αν κατά λάθος εισάγετε τον καθετήρα στον κόλπο, πετάξτε τον και χρησιμοποιήστε ένα νέο. Στην αρχή θα σας διευκολύνει η χρήση ενός καθρέφτη για να εντοπίσετε το άνοιγμα της ουρήθρας.



Όταν τα ούρα σταματήσουν να ρέουν, τραβήξτε ελάχιστα, λίγα εκατοστά, τον καθετήρα για να σιγουρευτείτε ότι η κύστη έχει κενώσει πλήρως. Για να αποφύγετε τις λοιμώξεις του ουροποιητικού συστήματος, θα πρέπει η κύστη να έχει αδειάσει πλήρως.



Αφαιρέστε αργά τον καθετήρα με περιστροφικές κινήσεις. Πετάξτε τον καθετήρα μετά την χρήση. Μην τον πετάξετε μέσα στην τουαλέτα, αλλά στα σκουπίδια. Τελειώνοντας πλύνετε τα χέρια σας με σαπούνι και νερό.

Όσα θα ήταν καλό να γνωρίζετε για τον διαλείποντα καθετηριασμό

Βακτήρια στα ούρα ή λοίμωξη στο ουροποιητικό σύστημα

Υπάρχει διαφορά ανάμεσα στην ύπαρξη βακτηρίων στα ούρα και στη λοίμωξη του ουροποιητικού συστήματος. Τα βακτήρια στα ούρα είναι συνήθως αβλαβή και σπάνια προκαλούν συμπτώματα. Αυτή η περίπτωση δεν χρήζει θεραπείας.

Εν τούτοις, αν τα βακτήρια επηρεάζουν τον οργανισμό σας και παρουσιάζονται συμπτώματα όπως δυσουμία, θολά ούρα, αίσθημα καύσου κατά την ούρηση ή τον καθετηριασμό, αυξημένη εφίδρωση, δυσφορία και πυρετό, ίσως τότε έχετε προσβληθεί από λοίμωξη στο ουροποιητικό σύστημα. Αν υποψιαστείτε κάτι τέτοιο, ενημερώστε τον ιατρό σας. Αν πιστεύει ότι έχετε λοίμωξη στο ουροποιητικό σύστημα, θα γίνει κάποια εξέταση στα ούρα σας και πιθανόν να ακολουθήσει θεραπεία με αντιβιοτικά.

Όταν τα αποτελέσματα των εξετάσεων είναι έτοιμα, ο ιατρός σας θα είναι σε θέση να εκτιμήσει εάν η αντιβίωση που παίρνετε έχει τα επιθυμητά αποτελέσματα στα βακτήρια ή θα πρέπει να ακολουθήσετε κάποια άλλη θεραπεία.

Να θυμάστε ότι είναι σημαντικό να πίνετε πολύ νερό και να καθετηριάξετε συχνότερα αν έχετε κάποια λοίμωξη στο ουροποιητικό σύστημα. Με αυτό τον τρόπο, κάνετε ότι περνά από το χέρι σας ώστε να καθαρίσετε την κύστη σας από τα βακτήρια.

Σημάδια μη ολοκληρωμένης κένωσης

Όταν γεμίζει η κύστη σας, ο εγκέφαλός σας αντιλαμβάνεται φυσιολογικά ότι είναι η στιγμή να κενώσετε και πρέπει να βρείτε ένα μέρος όπου θα καθετηριαστείτε.

Αν δεν το πετύχετε, ο εγκέφαλος στέλνει ανασταλτικές εντολές στην κύστη σας ώστε να κρατηθείτε. Καθώς περιορίζετε το χρονικό περιθώριο θα αισθάνεστε μια αυξανόμενη τάση να κενώσετε την κύστη σας με αποτέλεσμα να θέλετε να ουρήσετε.

Βεβαιωθείτε ότι ακολουθείτε πρόγραμμα καθετηριασμού κάθε 3 με 4 ώρες ή σε μικρότερα διαστήματα, εάν καταναλώνετε μεγαλύτερες ποσότητες υγρών.

Αν η αιτία της μη ολοκληρωμένης κένωσης είναι κάκωση του νωτιαίου μυελού, το σώμα θα αντιδράσει ακόμα πιο έντονα. Στην περίπτωση αυτή τα φυσιολογικά σήματα κένωσης έτσι όπως περιγράφονται πιο πάνω δεν γίνονται αισθητά λόγω της βλάβης στο νευρικό σύστημα. Για τα άτομα με κάκωση νωτιαίου μυελού, η μη κένωση της κύστης μπορεί να οδηγήσει σε πονοκέφαλο, εφίδρωση, χαμηλό σφυγμό, υπέρταση (αυτόνομη δυσρυθμία).

Ο άμεσος καθετηριασμός και ενδεχομένως η συνεχής παρακολούθηση με φαρμακευτική αγωγή ίσως ανακουφίσουν τα συμπτώματα.

Σπασμοί στην κύστη ή υπερδραστήρια κύστη

Πολλοί άνθρωποι έχουν ανεξέλεγκτες συσπάσεις στην κύστη τους (συχνότερα σε περιπτώσεις νευρολογικών παθήσεων), γνωστές και ως σπασμοί της κύστης και δημιουργούνται από αυξανόμενα νευρολογικά ερεθίσματα του εγκεφάλου. Αυτές μπορεί να εμφανιστούν όταν η κύστη είναι άδεια ή πλήρης και συνήθως οδηγούν σε συχνές κενώσεις ή σε συνεχή επιθυμία για κένωση.

Αν γίνονται περισσότερες από οχτώ κενώσεις ημερησίως ίσως χρειαστείτε φαρμακευτική αγωγή. Ρυθμίζοντας την ημερήσια κατανάλωση υγρών και καθιερώνοντας ένα σταθερό πρόγραμμα κενώσεων της κύστης, θα σας βοηθήσει να μειώσετε τη συχνότητα επισκέψεων στην τουαλέτα.

Δυσκολία στη διέλευση του καθετήρα από τον σφικτήρα κατά τη διάρκεια εισαγωγής και εξαγωγής του

Φυσιολογικά, η διέλευση του καθετήρα από τον σφικτήρα πραγματοποιείται χωρίς κάποιο πρόβλημα. Υπάρχουν όμως ορισμένοι άνθρωποι που νιώθουν κάποια δυσκολία κατά τη διέλευση του καθετήρα από το σφικτήρα της ουρήθρας στη διάρκεια του καθετηριασμού. Αυτό συμβαίνει διότι η περιοχή μπορεί να είναι ερεθισμένη και να αντιδρά αντανεκλαστικά με συστολή. Αν συμβεί αυτό, περιμένετε για λίγο ή δοκιμάστε να βήξετε ή να γέρετε πίσω τον κορμό σας ώστε να χαλαρώσει ο σφικτήρας. Έπειτα, συνεχίστε να εισάγετε τον καθετήρα.

Αν νιώσετε κάποια δυσκολία κατά την έξοδο του καθετήρα, ακολουθήστε την ίδια συμβουλή όπως παραπάνω. Αν δεν μπορείτε να εισάγετε ή να αφαιρέσετε τον καθετήρα, επικοινωνήστε με τον ιατρό σας.

–

Ταχύτητα κένωσης

Συνήθως η κένωση διαρκεί τρία με τέσσερα λεπτά. Αν η διαδικασία αυτή διαρκεί περισσότερη ώρα, σας συμβουλεύουμε να επικοινωνήσετε με τον ιατρό σας σχετικά με τη χρήση ενός μεγαλύτερου μεγέθους καθετήρα, με μεγαλύτερο Ch.

Διουρητικά φάρμακα

Αν ακολουθείτε θεραπεία με διουρητικά φάρμακα, ίσως σας εμφανιστεί μια στιγμιαία αιμορραγία ενώ καθετηριάζετε.

Υγιεινή

Κάθε φορά που καθετηριάζετε πρέπει να καθαρίζετε την ευαίσθητη περιοχή. Οι γυναίκες θα πρέπει να δίνουν ιδιαίτερη προσοχή στον καθαρισμό, ο οποίος πρέπει να γίνεται από το εφηβαίο προς τον πρωκτό και όχι αντίστροφα, αποτρέποντας έτσι τα βακτήρια από τον πρωκτό να φθάσουν στο άνοιγμα της ουρήθρας.

Πρέπει να πλένετε τα χέρια σας πριν από κάθε καθετηριασμό προκειμένου να αποτραπεί η ανάπτυξη βακτηρίων στην περιοχή. Αν ενώ ταξιδεύετε αισθανθείτε ανασφάλεια για την ποιότητα του νερού, μπορείτε να καθαρίσετε την περιοχή με καθαριστικά μαντηλάκια μιας χρήσεως.

Νερό για τους καθετήρες

Υπάρχουν υδρόφιλοι καθετήρες που χρειάζονται να έρθουν σε επαφή με το νερό ώστε να ενεργοποιηθεί η λίπανση στην επιφάνεια τους. Η ποιότητα του νερού της βρύσης ποικίλει από περιοχή σε περιοχή. Σε γενικές γραμμές, αν το νερό είναι πόσιμο, τότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί και στους καθετήρες.

Εάν προτιμάτε να αποφύγετε το νερό όταν καθαριάζετε, χρησιμοποιήστε τους έτοιμους λιπασμένους καθετήρες, οι οποίοι είναι συσκευασμένοι σε ισότονο διάλυμα ή αυτούς που είναι ενσωματωμένοι σε συρροσυλλέκτη με αμπούλα αποστειρωμένου διαλύματος φυσιολογικού ορού.

Αποθήκευση

Φυλάξτε τα προϊόντα διαχείρισης ούρων σε ένα ξηρό, δροσερό και σκιερό μέρος. Αν δείτε κάποια αλλοίωση στους καθετήρες, μην τους χρησιμοποιήσετε.

Διακριτική μεταφορά

Συχνά θα διαπιστώσετε ότι οι παραδοσιακοί καθετήρες είναι αρκετά μεγάλοι και δύσχρηστοι τόσο στην αποθήκευση όσο και στη μεταφορά. Αυτό μπορεί να δημιουργήσει πρόβλημα κατά την εργασία σας και τις κοινωνικές σας δραστηριότητες καθώς δεν είναι απαραίτητο να γνωρίζουν οι άλλοι ότι κάνετε διαλείποντες καθετηριασμούς. Η Coloplast έχει δώσει λύση σε αυτό το πρόβλημα έχοντας αναπτύξει μια ιδιαίτερη κατηγορία καθετήρων, τους SpeediCath Compact, που αποτελούν την πιο διακριτική λύση για άντρες και γυναίκες.



Χρήσιμες οδηγίες

Ταξιδιωτική βοήθεια

Σε περίπτωση που βρίσκεστε μακριά από το σπίτι σας, σε επαγγελματικό ή ψυχαγωγικό ταξίδι σας συμβουλεύουμε να έχετε μαζί σας το όνομα, το μέγεθος και τον κωδικό των προϊόντων που χρησιμοποιείτε, έτσι ώστε να μπορείτε να τα αναζητήσετε εκεί που βρίσκεστε αν προκύψει ανάγκη. Για να αποφύγετε τις δυσάρεστες εκπλήξεις που μπορεί να αναστατώσουν το ταξίδι, θα ήταν χρήσιμο να εφοδιαστείτε με μεγαλύτερη ποσότητα υλικών από αυτή που πιστεύετε ότι θα χρειαστείτε.

Επίσης, ζητήστε από τον ιατρό σας να σας δώσει μία γραπτή βεβαίωση η οποία θα αναφέρει ότι τα προϊόντα που χρησιμοποιείτε είναι απαραίτητα για ιατρικούς λόγους και είναι για προσωπική χρήση.

Τέλος, θα σας διευκόλυνε να έχετε μαζί σας ένα απολυμαντικό καθαριστικό κατάλληλο για να φροντίζετε την υγιεινή των χεριών σας πριν την χρήση των προϊόντων.

Αν ταξιδεύετε με αεροπλάνο πάρτε τα υλικά που χρησιμοποιείτε μαζί σας στη χειραποσκευή ώστε αν κατά λάθος η βαλίτσα σας φτάσει σε διαφορετικό προορισμό να έχετε τα προϊόντα μαζί σας. Μπορείτε να ζητήσετε από την αεροπορική εταιρεία να σας επιτρέψει να έχετε περισσότερες από μια χειραποσκευές. Ζητήστε μια θέση στο διάδρομο κοντά στην τουαλέτα για να έχετε πιο άμεση πρόσβαση. Τέλος φροντίστε να καταναλώνετε νερό ή χυμό κάθε μια ώρα για να μην πάθετε αφυδάτωση.

Συμβουλές διατροφής

Ακολουθώντας μια ισορροπημένη διατροφή ελαχιστοποιείται ο κίνδυνος των λοιμώξεων. Τροφές με υψηλή περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες ευνοούν την πρόληψη της δυσκοιλιότητας, η οποία ασκεί επιπλέον πίεση στην κύστη με αποτέλεσμα να προκαλείται διαρροή των ούρων.

Παραδείγματα τροφών με υψηλή περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες είναι τα φρέσκα φρούτα και λαχανικά, τα φασόλια, οι φακές, το ψωμί ολικής αλέσεως, το κουάκερ, τα δημητριακά και το ακατέργαστο ρύζι. Συχνά προτείνεται να καταναλώνετε ημερησίως περίπου 1,5 με 2 λίτρα υγρών. Πιείτε τσάι, καφέ, αεριούχα ποτά και αλκοόλ με μέτρο διότι μπορούν να σας προκαλέσουν συχνότερες επισκέψεις στην τουαλέτα. Τα ούρα σας πρέπει να έχουν ανοιχτό κίτρινο χρώμα. Αν όμως φαίνονται πιο σκούρα (όταν είναι συγκεντρωμένα) καταναλώστε περισσότερα υγρά. Αν είστε υπό ιατρική παρακολούθηση που απαιτεί τον περιορισμό των υγρών, συμβουλευτείτε τον ιατρό σας.

Ερωτήσεις - Απαντήσεις

Τι κάνω όταν δε μπορώ να εισάγω τον καθετήρα;

Αν έχετε προσπαθήσει να εισάγετε τον καθετήρα και αποτύχατε, μην ανησυχάτε, μην πανικοβάλλεστε και μην προσπαθήσετε ξανά αμέσως. Προσπαθήστε να ηρεμίσετε, ένα ζεστό μπάνιο μπορεί ίσως να σας χαλαρώσει. Κάντε ότι γνωρίζετε ότι μπορεί να σας χαλαρώσει πριν δοκιμάσετε ξανά. Αν και πάλι δε μπορείτε να τα καταφέρετε, τότε συμβουλευτείτε τον ιατρό σας.

Τι κάνω όταν δε μπορώ να απομακρύνω τον καθετήρα;

Όπως και προηγουμένως προσπαθήστε να μένετε ήρεμοι. Ένα μικρό διάστημα χαλάρωσης περίπου 5 με 10 λεπτά, θα σας βοηθήσει να δοκιμάσετε ξανά και σίγουρα θα επιτύχετε στην επόμενη προσπάθεια απομάκρυνσης. Ένας ελαφρύς βήχας θα σας βοηθήσει να χαλαρώσετε τους μυς. Επίσης, ένα ζεστό μπάνιο μπορεί να σας χαλαρώσει. Αν οι παραπάνω προσπάθειες αποτύχουν θα χρειαστείτε ιατρική βοήθεια.

Πόσα υγρά μπορώ να πω;

Μπορείτε να πιείτε μέχρι και 10-12 ποτήρια υγρών ημερησίως (ένα ποτήρι είναι περίπου 150ml). Τα παιδιά πρέπει να πίνουν την ποσότητα που θα συστήσει ο ιατρός τους. Όμως, θα πρέπει να αποφεύγετε την κατανάλωση αεριούχων ποτών, καθώς και ποτών που περιέχουν καφεΐνη, όπως αναψυκτικά τύπου κόλα, τσάι και καφέ.

Υπάρχουν συμπτώματα που θα πρέπει να προσέχω;

Ναι, αν τα ούρα σας είναι θαλάσκιου ή δύσοσμα, αν έχετε αίσθηση καύσου όταν πηγαίνετε στην τουαλέτα ή καθετηριάζετε, τότε πρέπει να επικοινωνήσετε με τον ιατρό σας. Επίσης αν αισθανθείτε ότι έχετε πυρετό, αυτό μπορεί να είναι σημάδι λοίμωξης και θα χρειαστεί να συμβουλευτείτε τον ιατρό σας.

Τι κάνω αν δω αίμα;

Υπάρχει περίπτωση κάποιες φορές να δείτε μερικές σταγόνες αίματος στα ούρα σας. Μην ανησυχήσετε, είναι κάτι που μπορεί να συμβεί κατά τον καθετηριασμό. Εν τούτοις αν έχετε αιμορραγία ζητήστε άμεσα ιατρική συμβουλή.

Παιδιά και καθετηριασμός

Μέχρι το παιδί σας να φτάσει την ηλικία των 5 περίπου χρονών, χρειάζεται να το βοηθήτε να κενώνει την κύστη του. Παρόλο που φαίνεται δύσκολο, ο καθετηριασμός είναι μια διαδικασία με την οποία θα εξοικειωθείτε γρήγορα.

Όταν το παιδί σας αρχίζει να αντιλαμβάνεται τη διαδικασία, περίπου 3 με 5 ετών, μπορείτε να ξεκινήσετε να το εκπαιδεύετε για να κενώνει μόνο του την κύστη του. Το Wee Game έχει σχεδιαστεί με σκοπό να βοηθήσει το παιδί σας να μάθει να καθετηριάζεται με έναν διασκεδαστικό τρόπο.

Χρήσιμες συμβουλές

- Αν το παιδί σας είναι πολύ μικρό για να σταθεί όρθιο, τοποθετήστε ένα μαξιλάρι για να ανασηκώσετε λίγο τον κορμό του. Αυτό διευκολύνει την πλήρη κένωση της κύστης.
- Αν το παιδί σας μπορεί να σταθεί όρθιο θα πρέπει να σταθεί κανονικά. Η όρθια στάση είναι η καλύτερη για την κένωση της κύστης.
- Είναι σημαντικό να επιμένετε σε ένα καθημερινό πρόγραμμα.
- Περισσότεροι από έναν ενήλικες που βρίσκονται κοντά στο παιδί θα πρέπει να γνωρίζουν να το καθετηριάζουν. Έτσι θα μπορούν να το φροντίζουν ακόμα και αν εσείς είστε μακριά.
- Όταν αδειάζετε την κύστη του, εξηγήστε του την διαδικασία έτσι ώστε να ξεκινήσει να μαθαίνει να την κάνει από μόνο του.
- Θυμηθείτε να αλλάζετε το μέγεθος του καθετήρα καθώς το παιδί σας μεγαλώνει.

Πριν κάνετε οποιαδήποτε αλλαγή, συμβουλευθείτε τον ιατρό ή τον νοσηλευτή που σας παρακολουθεί.

Όταν ξεκινήσετε, καλό είναι να καταγράφετε τις ποσότητες των υγρών που καταναλώνει και αποβάλλει το παιδί σας καθημερινά. Αυτό μπορείτε να το κατορθώσετε αδειάζοντας τα ούρα από τον καθετήρα μέσα σε έναν ουροσυλλέκτη.

Μπορείτε να αποφύγετε τις λοιμώξεις του ουροποιητικού αν κενώνετε σε τακτά χρονικά διαστήματα την κύστη του παιδιού σας. Ο επαγγελματίας υγείας θα σας βοηθήσει να ξεκινήσετε φτιάχνοντας ένα χρονοδιάγραμμα κένωσης της κύστης. Η κένωση της κύστης πραγματοποιείται συνήθως 4-6 φορές ημερησίως.

Οδηγίες καθετηριασμού για αγόρια

ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΟ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΘΕΤΗΡΙΑΣΜΟ



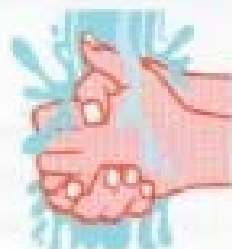
1. Τοποθετήστε το παιδί σε μια άνετη θέση

Μια επίπεδη επιφάνεια στο υπνοδωμάτιο ή στο μπάνιο είναι ένα καλό μέρος για τον καθετηριασμό. Θυμηθείτε να τοποθετήσετε ένα μαξιλάρι πίσω από την πλάτη του για να στηρίξετε τον κορμό του. Όταν μεγαλώσει λίγο θα μπορείτε να το καθετηριάσετε καθιστό στην τουαλέτα.

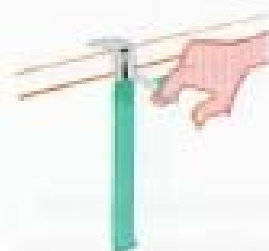


2. Προετοιμάστε ό,τι χρειάζεστε

Συγκεντρώστε ό,τι υλικό χρειάζεστε πριν από τον καθετηριασμό. Αυτά είναι ένας καθετήρας, σαπούνι με ουδέτερο pH, γάζες και πιθανόν κάποιος ουροσυλλέκτης.

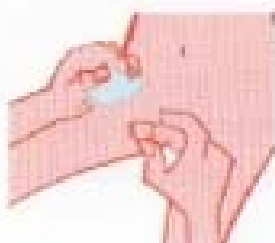


3. Πλύνετε και στεγνώστε τα χέρια σας



4. Προετοιμάστε τον καθετήρα

Αφαιρέστε την λευκή ετικέτα που καλύπτει την αυτοκόλλητη επιφάνεια στο πίσω μέρος της συσκευασίας και πιέστε την αυτοκόλλητη πλευρά πάνω σε μία καθαρή επιφάνεια. Ανοίξτε την συσκευασία.



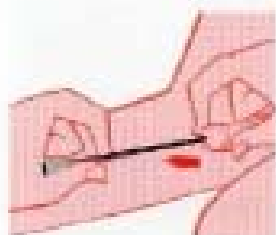
5. Καθαρίστε το πέος του

Τραβήξτε προσεκτικά την ακροποσθία και καθαρίστε καλά την βάλανο με σαπούνι και νερό με την βοήθεια μιας γάζας. Κάθε γάζα πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο μια φορά. Από εδώ και στο εξής συνεχίστε να κρατάτε την ακροποσθία.



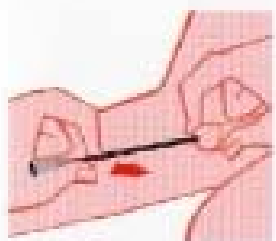
6. Αφαιρέστε τον καθετήρα από τη συσκευασία του

Βεβαιωθείτε ότι ο καθετήρας δε θα έρθει σε επαφή με οτιδήποτε πριν την εισαγωγή του στην ουρήθρα. Αν έρθει σε επαφή με οποιοδήποτε ξένο αντικείμενο όπως ο νιπτήρας, τα ρούχα ή το δέρμα μπορεί να μολυνθεί και να προκαλέσει λοίμωξη. Σε περίπτωση που αυτό συμβεί, θα πρέπει να χρησιμοποιήσετε έναν νέο και να ξεκινήσετε από την αρχή.



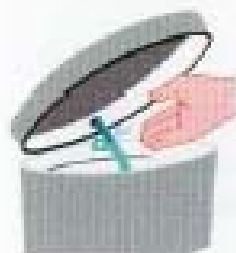
7. Εισάγετε προσεκτικά τον καθετήρα μέσα στην ουρήθρα

Έχοντας τον καθετήρα έτοιμο κρατήστε το πέος του όρθιο προς την κοιλιά του. Αυτή η θέση θα διευκολύνει να φθάσει ο καθετήρας μέσα στην κύστη του. Πιέστε απαλά τη βάλανο για να ανοίξει η ουρήθρα και στη συνέχεια εισάγετε τον καθετήρα μέχρι να φτάσει στην ουροδόχο κύστη και να ξεκινήσει η ροή των ούρων. Τότε εισάγετε τον καθετήρα ακόμα λίγο εκατοστά.



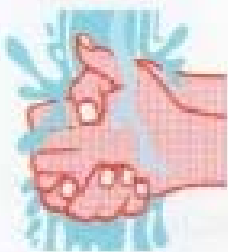
8. Αφαιρέστε τον καθετήρα

Όταν σταματήσει η ροή των ούρων, τραβήξτε απαλά τον καθετήρα προς τα έξω. Αφαιρέστε τον καθετήρα με περιστροφικές κινήσεις. Σταματήστε κάθε φορά που υπάρχει ροή ούρων. Όταν σταματήσουν τα ούρα να ρέουν σημαίνει ότι η κύστη έχει κενώσει πλήρως.



9. Πετάξτε τον καθετήρα

Τοποθετήστε τον καθετήρα πίσω στη συσκευασία και πετάξτε τον μαζί με τις γάζες στον κάδο σκουπιδιών.



10. Πλύνετε και στεγνώστε τα χέρια σας

11. Επιβράβευση

Ενθαρρύνετε το παιδί σας για την ολοκλήρωση της διαδικασίας επιβραβεύοντάς το.

Οδηγίες καθετηριασμού για κορίτσια



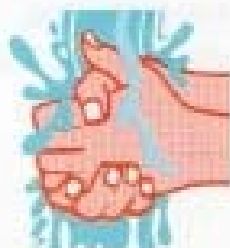
1. Τοποθετήστε το παιδί σε μια άνετη θέση

Μια επίπεδη επιφάνεια στο υπνοδωμάτιο ή στο μπάνιο είναι ένα καλό μέρος για τον καθετηριασμό. Θυμηθείτε να τοποθετήσετε ένα μαξιλάρι πίσω από την πλάτη του για να το στηρίξετε. Όταν μεγαλώσει λίγο θα μπορείτε να το καθετηριάσετε καθιστό στην τουαλέτα.

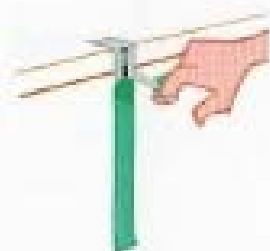


2. Προετοιμάστε ό,τι χρειάζεστε

Συγκεντρώστε ό,τι υλικό χρειάζεστε πριν από τον καθετηριασμό. Αυτά είναι ένας καθετήρας, σαπούνι με ουδέτερο pH, γάζες και πιθανόν κάποιος ουροσυλλέκτης.

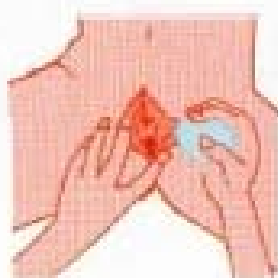


3. Πλύνετε και στεγνώστε τα χέρια σας



4. Προετοιμάστε τον καθετήρα

Αφαιρέστε την λευκή ετικέτα που καλύπτει την αυτοκόλλητη επιφάνεια στο πίσω μέρος της συσκευασίας και πιέστε την αυτοκόλλητη πλευρά πάνω σε μία καθαρή επιφάνεια. Ανοίξτε την συσκευασία.



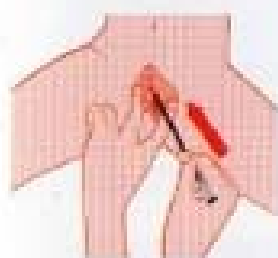
5. Καθαρίστε την περιοχή γύρω από την ουρήθρα

Η διαδικασία του καθαρισμού μπορεί να πραγματοποιηθεί χρησιμοποιώντας σαπούνι, νερό και γάζες. Διαχωρίστε τα εξωτερικά χείλη με τα δάκτυλα του ενός χεριού σας και με το άλλο χέρι πιέστε μια γάζα καθαρίστε πρώτα τα εξωτερικά χείλη από πάνω προς τα κάτω, πετάξτε τη γάζα και με μια άλλη καθαρίστε την ουρήθρα. Χρησιμοποιήστε κάθε γάζα μια μόνο φορά. Καθαρίστε πάντα με φορά από πάνω προς τα κάτω, για να αποτρέψετε τη μεταφορά μικροβίων από τον πρωκτό τα οποία μπορεί να προκαλέσουν λοίμωξη. Από εδώ και στο εξής κρατήστε τα εξωτερικά χείλη διαχωρισμένα.



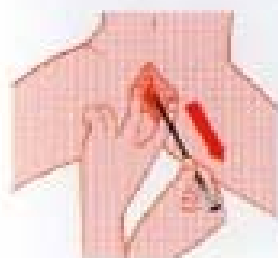
6. Αφαιρέστε τον καθετήρα από τη συσκευασία του

Ο καθετήρας δεν πρέπει να έρθει σε επαφή με οτιδήποτε πριν την εισαγωγή του στην ουρήθρα. Αν έρθει σε επαφή με οποιοδήποτε ξένο αντικείμενο όπως ο νιπτήρας, τα ρούχα ή το δέρμα μπορεί να μολυνθεί και να προκαλέσει λοίμωξη. Σε περίπτωση που αυτό συμβεί, θα πρέπει να χρησιμοποιήσετε έναν νέο.



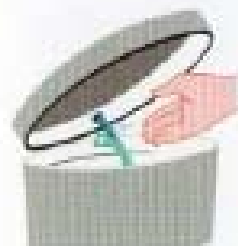
7. Εισάγετε προσεκτικά τον καθετήρα μέσα στην ουρήθρα

Έχετε έτοιμο τον καθετήρα. Εισάγετε απαλά τον καθετήρα μέσα στην ουρήθρα μέχρι να φτάσει στην ουροδόχο κύστη και να ξεκινήσει η ροή των ούρων. Τότε εισάγετε τον καθετήρα ακόμα λίγα εκατοστά. Τώρα μπορείτε να αφήσετε ελεύθερα τα εξωτερικά χείλη.



8. Αφαιρέστε τον καθετήρα

Όταν σταματήσει η ροή των ούρων, τραβήξτε απαλά τον καθετήρα προς τα έξω. Αφαιρέστε τον καθετήρα με περιστροφικές κινήσεις. Σταματήστε κάθε φορά που υπάρχει ροή ούρων. Όταν σταματήσουν τα ούρα να ρέουν σημαίνει ότι η κύστη έχει κενώσει πλήρως.



9. Πετάξτε τον καθετήρα

Τοποθετήστε τον καθετήρα πίσω στη συσκευασία και πετάξτε τον μαζί με τις γάζες στον κάδο σκουπιδιών.



10. Πλύνετε και στεγνώστε τα χέρια σας

11. Επιβράβευση

Ενθαρρύνετε το παιδί σας για την ολοκλήρωση της διαδικασίας επιβραβεύοντάς το.

SpeediCath[®] Compact

ΝΕΟΣ
Ανδρικός
Καθετήρας

SpeediCath Compact

έτοιμος λιπασμένος υδρόφιλος ανδρικός καθετήρας

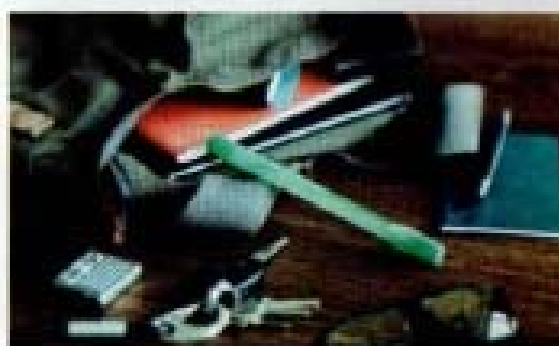
Συχνά οι άνδρες αναγνωρίζουν την έλλειψη διακριτικότητας ως ένα από τα σημαντικότερα μειονεκτήματα των καθετήρων που χρησιμοποιούσαν. Ο ανδρικός καθετήρας SpeediCath Compact έχει σχεδιαστεί για να καλύψει αυτή την ανάγκη.

Είναι ένας έτοιμος λιπασμένος υδρόφιλος καθετήρας, εύκολος στην εισαγωγή και στον χειρισμό, με μέγεθος συσκευασίας μόλις 19 εκ., το μισό από των παραδοσιακών καθετήρων. Το μοναδικό του επίστρωμα, ίδιο με αυτό των καθετήρων SpeediCath, συμβάλλει καθοριστικά στην αποφυγή τραυματισμών της ουρήθρας και οποιασδήποτε βλάβης στην περιοχή μακροπρόθεσμα.

Λόγω του μικρότερου μεγέθους συγκριτικά με τους παραδοσιακούς καθετήρες η αποθήκευση, μεταφορά, χρήση και απόρριψη γίνεται με έναν λιγότερο αντιληπτό τρόπο¹. Μετά τη χρήση του μπορεί να τοποθετηθεί πάλι στη συσκευασία του, η οποία ασφαρίζει και στη συνέχεια να πεταχτεί. Έτσι η διαδικασία απόρριψης καθίσταται απόλυτα καθαρή και διακριτική.

Λόγω του ειδικού σχεδιασμού του η εισαγωγή μπορεί να πραγματοποιηθεί χωρίς να αγγίζετε το λιπασμένο τμήμα του καθετήρα², εξασφαλίζοντας συνέπώς καθαρή εφαρμογή και μείωση των ουρολοιμώξεων.

Συνδέεται απευθείας με οποιοδήποτε ουροσυλλέκτη περιπάτου ή κλίνης

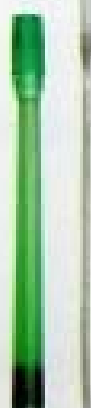


SpeediCath Compact ανδρικός

Μέγεθος	Κωδικός	Τεμ./Κοιτί
CH12/18	28692	30

Εξοπλισμός αναφοράς

1. Chartier-Kastler E, Lauge I, Pflon A, Gossiaux O, Charvier K, Biering-Sørensen F. Safety of a new compact catheter for men with neurogenic bladder dysfunction: a randomized, cross-over, open-labelled study. *Spinal Cord* 2011; 49(8):844-50.
2. Bagli R, Hennelbarger L, Pomeroy R, Stilling S, R Loomis D. Safety of a new compact male intermittent catheter: a randomized, cross-over, single-blind study in healthy male volunteers. *Urologia Internationalis* 2011; 85:179-184.



SpeediCath Compact

έτοιμος λιπασμένος υδρόφιλος γυναικείος καθετήρας

Η Coloplast σχεδίασε τον SpeediCath Compact αποκλειστικά για γυναίκες, ικανοποιώντας την επιθυμία τους για έναν πιο διακριτικό, πιο πρακτικό και πιο ασφαλή καθετήρα που θα διευκολύνει τη διαδικασία καθετηριασμού όπου και να βρίσκονται¹.

Είναι ένας έτοιμος λιπασμένος υδρόφιλος καθετήρας νέας γενιάς. Το μοναδικό του επίστρωμα, ίδιο με αυτό των καθετήρων SpeediCath, συμβάλλει καθοριστικά στην αποφυγή τραυματισμών της ουρήθρας και οποιασδήποτε βλάβης στην περιοχή μακροπρόθεσμα².

Η λαβή του καθετήρα είναι μεγάλη και διευκολύνει τη γυναίκα να τον χειρίζεται χωρίς να έρχονται τα δάκτυλά της σε επαφή με το σώμα του καθετήρα.

Η συσκευασία του SpeediCath Compact έχει μήκος 9 εκ. και είναι ιδιαίτερα διακριτική, τόσο μικρή και κομψή όσο ένα κραγιόν. Μπορεί κάθε στιγμή να μεταφερθεί μέσα στην τσέπη ή στην τσάντα χωρίς να γίνει αντιληπτός. Ακόμη και μετά τη χρήση του μπορεί να τοποθετηθεί πάλι στη συσκευασία του και στη συνέχεια να πεταχτεί. Έτσι γίνεται ακόμα πιο διακριτικός.

Ο SpeediCath Compact συνδέεται με ουροσυλλέκτη περιπάτου ή κλίνης με τη βοήθεια ειδικού εξαρτήματος σύνδεσης.



Σημείο εξόδου των ούρων



Σύνδεση με ουροσυλλέκτη



SpeediCath Compact γυναικείος

Μέγεθος	Κωδικός	Τετ./Μονάι
● CH08	28578	30
● CH10	28580	30
○ CH12	28582	30
● CH14	28584	30
Εξάρτημα σύνδεσης	28590	30

Βιβλιογραφία αναφοράς

1. Boring-Sorensen F, Hansen PV, Nielsen PH, Looms D. Residual urine after intermittent catheterization in female using two different catheters. *Scandinavian Journal of Urology and Nephrology* 2007;41(4):341-5.
2. Stensballe J, Looms D, Nielsen PH, Tvede M. Hydrophilic-coated catheters for intermittent catheterisation reduce urethral micro trauma: a prospective, randomised, participant-blinded, crossover study of three different types of catheters. *European Urology* 2006;48(3):576-83.

Διατίθεται video με οδηγίες χρήσης.

SpeediCath

έτοιμος λιπασμένος υδρόφιλος καθετήρας

Ο SpeediCath είναι ένας έτοιμος λιπασμένος υδρόφιλος καθετήρας για διαλείποντες καθετηριασμούς που χρησιμοποιείται αμέσως μόλις βγει από τη συσκευασία, χωρίς καμία αναμονή για ενεργοποίηση της λίπανσης.

Το μοναδικό του επίστρωμα το οποίο καλύπτει όχι μόνο την επιφάνεια αλλά και το εσωτερικό των ματιών του καθετήρα έχει την ικανότητα να δεσμεύει τα μόρια του νερού και να τα συγκρατεί ισχυρά. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα η λίπανσή του να παραμένει σταθερά συνδεδεμένη στο σώμα του καθετήρα κατά την εισαγωγή και την εξαγωγή του από την ουρήθρα. Με τον τρόπο αυτό ελαχιστοποιούνται οι πιθανότητες τραυματισμού της ουρήθρας και οποιασδήποτε βλάβης στην περιοχή μακροπρόθεσμα¹.

Η συσκευασία του είναι σχεδιασμένη ώστε να ανοίγει με ευκολία και από τις δύο πλευρές δίνοντας τη δυνατότητα στο χρήστη να κρατάει τον καθετήρα από τη συσκευασία χωρίς να τον αγγίζει με γυμνό χέρι καθώς τον

εισάγει στην ουρήθρα.

Μπορεί να μείνει διπλωμένος έως και τρεις ώρες και να μεταφερθεί εύκολα και διακριτικά μέσα στην τσέπη ή την τσάντα.

Ο SpeediCath συνδέεται απευθείας με ουροσυλλέκτη περιπάτου ή κλίνης.



SpeediCath

	Μένειος	Ανδρικός Nelaton	Ανδρικός Tiemann	Γυναίκας Παιδικός	Τεμ./Κουτί
●	Ch06			28706	30
●	Ch08	28408		28708	30
●	Ch10	28410	28490	28510	30
○	Ch12	28412	28492	28512	30
●	Ch14	28414	28494	28514	30
●	Ch16	28416		28516	30
●	Ch18	28418			30

Βιβλιογραφικές αναφορές

1. Bensabbah J, Lecomte D, Nibbel PNL, Twede M. Hydrophilic-coated catheters for intermittent catheterisation reduce urethral micro trauma: a prospective, randomised, participant-blinded, crossover study of three different types of catheters. *European Urology* 2005;48(6):978-83.

Διατίθεται βίντεο με οδηγίες χρήσης.

Ουροσυλλέκτες

Πολλές φορές ο καθετήρας συνδέεται με ουροσυλλέκτη για να συλλέγονται τα ούρα κατά την έξοδο. Υπάρχουν διάφοροι τύποι ουροσυλλεκτών για να εξυπηρετούν κάθε ανάγκη σας. Υπάρχουν ουροσυλλέκτες που μπορείτε να τους φοράτε κατά τη διάρκεια της ημέρας και άλλοι τη νύχτα όταν κοιμόσαστε. Είναι σημαντικό να επιλέξετε αυτόν που εξυπηρετεί ακριβώς τις δικές σας ανάγκες. Τα βασικά χαρακτηριστικά που θα πρέπει να έχει ένας ουροσυλλέκτης ώστε να είναι ποιοτικός και ασφαλής είναι να είναι κατασκευασμένος από υλικό που δεν προκαλεί ερεθισμούς στο δέρμα, να είναι διακριτικός, να επιτρέπει την ελεύθερη ροή των ούρων και να μπορείτε να τον αδειάζετε ώστε να τον χρησιμοποιείτε για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

Conveen ουροσυλλέκτες

Οι ουροσυλλέκτες περιπάτου και κλίνης αποτελούν μια διακριτική και ασφαλή λύση συλλογής ούρων. Στο κάτω μέρος φέρουν βαλβίδα εξόδου που επιτρέπει την επαναχρησιμοποίηση του ουροσυλλέκτη.

Έχουν βαλβίδα αντεπιστροφής που δεν επιτρέπει την παλινδρόμηση των ούρων. Ο πλαστικός σωλήνας μπορεί να κοπεί έτσι ώστε να προσαρμοστεί το μήκος στις ανάγκες του χρήστη.

Ο ουροσυλλέκτης περιπάτου έχει εργονομικό σχεδιασμό για να ακολουθεί τις καμπύλες του ποδιού. Έχει εσωτερικά κανάλια που διανέμουν ομοιόμορφα τα ούρα μειώνοντας έτσι τον όγκο του και το θόρυβο κατά την κίνηση. Η πλευρά του σάκου που ακουμπά στο πόδι είναι επενδεδυμένη από μαλακό μη υφασμένο αντιδρωτικό υλικό, φιλικό στο δέρμα.

Για περισσότερη ασφάλεια και διακριτικότητα στηρίζεται με δύο ζώνες με ρυθμιζόμενο νεκρό στο πόδι κι έτσι παραμένει σταθερά στη θέση του.

Ο ουροσυλλέκτης κλίνης έχει μεγάλη χωρητικότητα μειώνοντας την ανάγκη για συχνό άδειασμα. Διαθέτει εγκοπές για στήριξη με ζεύγος ζωνών έτσι ώστε να μπορεί να χρησιμοποιηθεί και ως περιπάτου.



Ουροσυλλέκτης κλίνης



Ουροσυλλέκτης περιπάτου

Conveen ουροσυλλέκτες

Τύπος	Κωδικός	Μέγεθος σουλ. σε εκστ.	Χωρητικότητα σε ml	Τεμ./Κουτί
Ουροσυλλέκτης περιπάτου	5170	45	600	10
Ουροσυλλέκτης περιπάτου	5178	65	600	10
Ουροσυλλέκτης κλίνης	5062	90	1500	10
Ζώνες ουροσυλλέκτη (ζεύγος)	5050			10

Συμπληρωματικά προϊόντα

Η Colorplast διαθέτει μια σειρά συμπληρωματικών προϊόντων που διευκολύνουν τη διαδικασία του καθετηριασμού.

- Γάντζος: ειδικά σχεδιασμένος να απομακρύνει το αντρικό εσώρουχο και παντελόνι πριν από τον καθετηριασμό.
- Λαβή καθετήρα: Ειδικά σχεδιασμένη για άτομα με μειωμένη ικανότητα χειρισμού των χεριών τους, σας βοηθά να πιάσετε τον καθετήρα καθώς τον εισάγετε στην ουρήθρα.

Άλλα προϊόντα φροντίδας διαχείρισης ούρων

Η Colorplast διαθέτει μια ευρεία γκάμα προϊόντων φροντίδας διαχείρισης ούρων για να παρέχει ολοκληρωμένες λύσεις στους χρήστες της. Εκτός από τους καθετήρες για διαλείποντες καθετηριασμούς και τους ουροσυλλέκτες, υπάρχουν εξωτερικοί καθετήρες διαφόρων τύπων (αυτοκόλλητοι από σιλικόνη, latex, non-latex και και 2-τεμαχίων από latex) για άντρες με ολική ακράτεια ούρων καθώς επίσης και προϊόντα φροντίδας του δέρματος στην περιγεννητική περιοχή.



Αποζημίωση των προϊόντων από τα ταμεία

Ο ιατρός σας, όπως επίσης και οι συνεργάτες της εταιρείας μας θα σας ενημερώσουν πλήρως για το θέμα αυτό. Σε κάθε περίπτωση τα δημόσια ταμεία δικαιολογούν συγκεκριμένες ποσότητες από αυτά τα υλικά και δε χρειάζεται να επιβαρύνεστε οικονομικά.

Προμήθεια των προϊόντων στο σπίτι

Μπορείτε να παραλαμβάνετε τα προϊόντα στο σπίτι σας μέσα σε 24 ώρες (ή 48 σε δυσπρόσιτες περιοχές). Το μόνο που έχετε να κάνετε είναι να επικοινωνείτε μαζί μας από την προηγούμενη μέρα το πρωί και να μας δώσετε την παραγγελία σας.

Τμήμα Επικοινωνίας

Στην εταιρία μας λειτουργεί το Τμήμα Επικοινωνίας το οποίο παρέχει διαρκή ενημέρωση και υποστήριξη σε χρήστες προϊόντων ακράτειας ούρων, ώστε να τους διευκολύνουμε στην καθημερινή τους ζωή και να τους προσφέρουμε καλύτερη ποιότητα ζωής. Έμπειροι συνεργάτες μας είναι καθημερινά στο πλευρό τους για να τους βοηθήσουν και να τους συμβουλευθούν. Μπορούν να τηλεφωνούν στο 800 11 42042 (γραμμή χωρίς χρέωση) καθημερινά από τις 08:00 μέχρι τις 16:00 εκτός Σαββάτου και Κυριακής.

Προσωπικές συμβουλές

Λύνουμε κάθε απορία και δίνουμε οδηγίες που αφορούν τη σωστή χρήση και επιλογή των προϊόντων, τη φροντίδα του δέρματος και τη διαδικασία αποζημίωσης των προϊόντων από τα ταμεία.

Βοήθεια στο σπίτι

Η εταιρία μας συνεχίζει να στηρίζει τους πελάτες της και μετά την αποχώρησή τους από το νοσοκομείο. Εάν παρουσιαστεί κάποιο πρόβλημα από τη χρήση των υλικών μπορούν να επικοινωνήσουν μαζί μας και όταν είναι απαραίτητο, οι συνεργάτες μας μπορούν να τους επισκεφτούν στο σπίτι χωρίς καμία οικονομική επιβάρυνση και να τους δώσουν την κατάλληλη λύση.

Ενημερωτικό υλικό

Αποστέλλουμε ενημερωτικά φυλλάδια και πρακτικούς οδηγούς για τα προϊόντα που χρησιμοποιούν αλλά και για καινούρια προϊόντα που τους αφορούν.

Ταξιδιωτική βοήθεια

Σε περίπτωση που κάποιος χρήστης των υλικών μας βρίσκεται μακριά από το σπίτι του και χρειάζεται υλικά, μπορεί να επικοινωνήσει μαζί μας και θα φροντίσουμε να τον προμηθεύσουμε άμεσα.

Αθανάσιος Ρήγας MD, FEBU, PhD
Χειρουργός Ουρολόγος Ανδρολόγος
Διευθυντής Ουρολογικής Κλινικής