

# Kystostooman eli kystofixin kotihoito-ohje

Ihon lävitse asetetulla katetrilla (kystostooma, kystofix®) varmistetaan virtsan esteetön kulku ulos virtsarakosta. Tämä hoito voi olla väliaikainen tai pysyvä. Katetri pysyy rakossa nestepallon avulla ja se on hyvä kiinnittää myös vatsan ihoon teipillä. Katetri vaihdetaan perusterveydenhuollossa noin kolmen kuukauden välein tai tarvittaessa aikaisemmin, mikäli se irtoaa tai tukkeutuu.

## Puhtaus

- Tulehdusten välttämiseksi pese kädet ennen ja jälkeen katetrin käsittelyn.
- Tarkista katetrin ulostuloaukko (juuri) säännöllisesti. Puhdista kostealla taitoksella tai suihkuttele katetrin juuri vedellä suihkussa käynnin yhteydessä. Muista kuivata se huolellisesti peseytymisen jälkeen.
- Jos iho punoittaa tai katetrin juuresta on eritystä, juurella pidetään ohutta / ilmavaa taitosta ja annetaan iholle ilmakyhjä.
- Jos katetrin juuresta ei tule eritystä, voi katetrin kiinnittää ihoon pelkällä suojakalvolla.
- Katetria käyttävä voi sauna, mutta ei saa uida eikä kylpeä ammeessa. Saunassa voit suojata vatsaa tarvittaessa pyyhkeellä.

## Virtsankeräyspussi

- Tyhjennä pussi riittävän usein avaamalla pussin pohjassa oleva hana ja valuta pussi tyhjäksi.
- Vaihda virtsankeräyspussi tarvittaessa tai vähintään viikon välein. Mikäli käytät päivällä katetrin sulkemiseen korkkia, vaihda se muutaman kerran viikossa.
- Kun vaihdat pussia, vältä koskemasta sormin katetrin ja pussin liitoskohtaa, että se pysyisi mahdollisimman puhtaana.
- Seuraa päivittäin, ettei virtsaletku ole kiertynyt, mutkalla tai taitunut, että virtsa pääsee esteettä valumaan pussiin.
- Kiinnitä keräyspussi tarranauhalla reiteen tai erityiseen telineeseen rakkotason alapuolelle.
- Keräyspussi voidaan tyhjennettynä hävittää normaalien talousjätteiden tapaan.

## Ravitsemus ja nestetasapaino

- Syö normaalisti ja juo 1,5-2 litraa nesteitä päivässä, ellei sinulla ole muun sairauden (esim. sydämen vajaatoiminta) vuoksi nesterajoitusta.
- Juominen pitää katetrin auki ja ehkäisee tulehduksia virtsateissä.

## Liikkuminen

- Katetri ei ole este liikkumiselle ja ulkoilulle.

### **Hoitovälineet**

- Hoitotarvikkeet potilas voi ostaa apteekista tai hoidon pitkittyessä saada ne maksutta terveyskeskuksen hoitotarvikejakelusta.

### **Milloin on otettava yhteyttä terveydenhuoltoon?**

1. Virtsa ei tule keräyspussiin, on alavatsakipu ja virtsaamisen tarve (katetri voi olla tukossa). Mikäli katetri tukkeilee usein, voi hoitohenkilökunta ottaa käyttöön esim. Uro-Tainer – huuhtelunesteen ilman lääkärin konsultaatiota. Uro-Tainer tilataan asiakaskohtaisesti hoitotarvikejakelun kautta.
2. Virtsa muuttuu pahanhajuiseksi (merkki tulehduksesta)
3. Virtsa muuttuu veriseksi
4. Sinulla on kuumetta, alavatsa- tai selkäkipu
5. Katetri irtoaa tai menee poikki

**Edellä mainituissa tilanteissa ota ensisijaisesti yhteyttä omalle terveysasemallesi. Sen kiinni ollessa soita päivystyksen puhelinneuvontaan p. 116 117.**