

Toistokatetrointiohje

Puhtaus

Tee alapesu vedellä päivittäin. Pese kädet saippualla ennen ja jälkeen katetroinnin. Pidä kotona oma käsipyyhe ja vaihda se riittävän usein.

Juominen

Juo nesteitä noin kaksi litraa päivässä. Tämä sisältää esimerkiksi ruokajuomat ja kahvit. Mikäli hikoilet, lisää juodun nesteen määrää. Vähennä juomista iltaa kohden noin neljä tuntia ennen nukkumaanmenoa.

Suolen toiminta

Huolehdi säännöllisestä suolen toiminnasta.

Mikäli virtsaus ei onnistu lainkaan

Jos virtsahädän tunnetta ei ole, kokeile aina ensin normaalia virtsaamista. Mikäli virtsaaminen ei onnistu, tyhjennä rakko katetroiden viimeistään neljän tunnin välein päivällä. Rakossa oleva virtsamäärä ei saa ylittää puolta litraa (500 ml). Katetroi illalla viimeiseksi ennen nukkumaanmenoa. Yöllä ei tarvitse katetroida, mikäli ei ole vaivaa.

Mikäli virtsaus onnistuu

Virtsaa aina ennen katetrointia. Katetroi _____ kertaa päivässä. Tee ensimmäinen katetrointi aamulla ja viimeinen illalla ennen nukkumaanmenoa. Päiväkatetroinnit tarvittaessa tasaisin välein.

Kun jäännösvirtsan määrä on katetroiden toistuvasti kaksi desilitraa (200 ml) tai vähemmän, voit vähentää katetrointeja. Jätä pois ensin päiväkatetroinnit, sitten aamukatetrointi ja viimeisenä iltakatetrointi. Tämän jälkeen voit tarvittaessa katetroida, jos virtsaa tulee huonosti ja epäilet jäännösvirtsan jäämistä virtsarakkoon.

Katetri

Katetrimalli

Koko _____

Virtsatietulehdus

Mikäli sinulle tulee virtsatietulehduksen oireita (kuumetta, kirvelyä ja kipuja), ota yhteys omaan terveyskeskukseesi ja käy antamassa virtsanäyte. Tarvittaessa sinulle voidaan aloittaa antibioottikuuri virtsanäytteen herkkyysmäärityksen mukaisesti.

Lisätietoja ja tarvittaessa yhteys

Urologian poliklinikka Sairaala Novan uroterapeutit p. 014 269 3520 ma-pe klo 8 - 14

tai oma terveysasemasi

tai päivystysapu p. 116 117