

Virtsarakon koulutus kystostooman eli kystofixin avulla

Sinulle on asetettu virtsakatetri vatsanpeitteiden läpi virtsarakkoon (kystostooma, kystofix®). Katetrin tarkoituksena on turvata virtsarakon tyhjeneminen. Hoito on tarkoitettu yleensä väliaikaiseksi. Voit totuttaa rakkoa vähitellen normaaliin toimintaan.

Puhtaus

Tulehdusten välttämiseksi pese kätesi ennen katetrin käsittelyä ja myös sen jälkeen.

Ohjeita harjoitteluun

Katetri pidetään ensin noin kaksi viikkoa koko ajan auki pussiin yhdistettynä. Tällä pyritään rauhoittamaan mahdollisesti ylivenyttynyttä virtsarakkoa.

Sen jälkeen voit aloittaa seuraavan harjoittelun:

1. Katetria pidetään päivisin korkilla suljettuna, jolloin rakko täyttyy normaalisti.
2. Kun tunnet virtsaamistarpeen, tyhjennä rakko normaalisti alakautta virtsatun astiaan. Näin voit harjoitella virtsaamista ja mitata normaalisti virtsatun virtsamäärän.
3. Tämän jälkeen yhdistä virtsarakkokatetri keräyspussiin tai valuta jäännösvirtsaa katetrasta astiaan. Odota kunnes rakko on täysin tyhjentynyt. Näin voit seurata virtsaamisen jälkeen jäännösvirtsamäärää virtsarakossa.

Jos virtsaamisen tarvetta ei tule, tyhjennä rakko katetrasta noin neljän tunnin välein. Pidä yöllä katetri auki pussiin yhdistettynä.

Kun virtsaa tulee normaalisti alakautta virtsaamalla, ja katetrasta tyhjenetty virtsamäärä on toistuvasti alle 200 ml, voi katetrin poistaa terveyskeskuksessa.