



Ein Stück Freiheit

Der intermittierende Selbstkatheterismus bei Pouch

Gewinnen Sie mehr Selbstständigkeit

Auch mit Pouch können Sie Ihr Leben einfach genießen. Mit 400 bis 600 Millilitern verfügt Ihre Ersatzblase über ein ähnliches Fassungsvermögen wie jede natürliche Blase. Der intermittierende Selbstkatheterismus (ISK) unterstützt Sie künftig dabei, Ihren Pouch regelmäßig mit einem Einmalkatheter einfach zu entleeren. Sie werden sehen, mit der Zeit wird der ISK für Sie zur Routine und Sie können sich wieder den schönen Dingen im Leben widmen.

Die richtige Katheterwahl

Wichtig für eine gute ISK-Routine ist der richtige Einmalkatheter. Dieser sollte möglichst eine hohe Gleitfähigkeit besitzen und sich im Pouchzugang, der aus weichem Darmmaterial besteht, leicht steuern lassen. Es gibt Modelle für Männer, Frauen und Kinder. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Ihrer Homecare-Fachkraft, welcher Katheter für Sie geeignet ist und wie häufig Sie Ihren Pouch entleeren sollten. Keine Sorge, Sie werden schnell Ihre persönliche Routine finden.



Wie viel trinken? Besonders am Anfang neigen Sie vielleicht dazu, weniger zu trinken, um sich nicht so häufig katheterisieren zu müssen. Eine geringere Flüssigkeitszufuhr konzentriert jedoch den Urin und der Schleim im Pouch wird zu trocken.
Empfehlung: Trinken Sie am Tag zwei bis drei Liter. Sprechen Sie zu Ihrer individuellen Trinkmenge auch Ihren Arzt an.





In 7 Schritten zu mehr Freiheit mit ISK

Nach einer fachlichen Anleitung können Sie den ISK selbst ausführen. Nervös? Das ist ganz normal – aber erinnern Sie sich, dass es beim Arzt bzw. mit Ihrer Homecare-Fachkraft auch geklappt hat, also schaffen Sie das auch allein.

1 Legen Sie die Materialien in Griffnähe bereit.

Dazu gehören Sprüh- und Wischdesinfektion, zwei Katheter (einen als Reserve) sowie eine sterile Komresse.

2 Entfernen Sie Ihre Kleidung und öffnen die Katheterverpackung.

3 Waschen und desinfizieren Sie Ihre Hände.

4 Desinfizieren Sie den Bereich um Ihren Pouch.

Beachten Sie bei einer Sprüh- und Wischdesinfektion die Einwirkungszeit.

5 Entnehmen Sie den Katheter und führen ihn vorsichtig ein, ohne die Teile, die ins Körperinnere gelangen, mit der Hand zu berühren.

6 Schieben Sie den Katheter mit leichtem Druck vor, jedoch ohne Gewalt, bis der Urin zu fließen beginnt.

Um die Schleimhaut des Pouchzugangs zu passieren, kann es notwendig sein, den Katheter leicht zu drehen.

7 Nach kompletter Entleerung ziehen Sie den Katheter heraus. Tipp: Mithilfe eines leichten Drucks auf den Mittelbauch können Sie eine komplette Entleerung unterstützen.

Katheterisieren mit SpeediCath®

Die SpeediCath®-Katheter von Coloplast wurden speziell für die unterschiedlichen Bedürfnisse von Menschen mit Kontinenzproblemen entwickelt. Alle Modelle verfügen über eine einzigartige hydrophile Beschichtung mit der Triple Action Coating Technology und sind sofort gebrauchsfähig. Darüber hinaus überzeugen die Katheter der SpeediCath®-Familie mit einem kompakten, attraktiven und diskreten Design. Durch ihre besondere Verpackung lassen sie sich problemlos öffnen. Nach Gebrauch können sie einfach und hygienisch wieder verschlossen und somit diskret entsorgt werden. Die SpeediCath®-Katheter sind damit ein idealer Begleiter im Alltag.



Der passende Katheter für Ihre Bedürfnisse

Es gibt eine Vielzahl verschiedener Modelle für Frauen und für Männer. Sie unterscheiden sich in Größen und Design, sind mit integriertem Beutel oder ohne erhältlich. Lassen Sie sich von Ihrem Arzt oder Ihrer Homecare-Fachkraft beraten, welches Modell am besten zu Ihnen und Ihren Bedürfnissen passt.

Weitere Informationen

zum Thema Kontinenzversorgung, intermittierender Selbstkatheterismus (ISK) und den SpeediCath®-Kathetern finden Sie unter:
www.coloplast.ch



Der Urinabfluss gerät ins Stocken? Das kann besonders am Anfang aufgrund der Schleimbildung im Pouch vorkommen und lässt im Laufe der Zeit nach. **Empfehlung:** Spülen Sie die Ersatzblase regelmäßig (anfangs zwei- bis dreimal täglich, später alle zwei bis vier Tage) mit einer isotonischen Lösung. Sprechen Sie bei Problemen Ihren Arzt oder Ihre Homecare-Fachkraft an.

Mehr Freiheit genießen mit **SpeediCath® Flex**

»Die trockene Schutzfolie und die hydrophile Beschichtung des Männer-Einmalkatheters SpeediCath® Flex helfen, das Katheterisieren hygienisch und schonend durchführen zu können, was speziell bei einem Pouchzugang wichtig ist.«

Uwe Papenkordt,
Urotherapeut,
Fachkrankenpfleger
und Medical Advisor
bei Coloplast



Sie haben noch Fragen?

Wir freuen uns, für Sie da zu sein.



Per Telefon – kostenfrei und persönlich

Rufen Sie kostenfrei unseren Coloplast Beratungsservice an unter **0800 777 070**

Beratungszeiten: Mo. - Do. von 8 - 12.30 Uhr,
Fr. von 8 - 12.30 Uhr, 13.30 - 16 Uhr



Im Internet – mit einem Klick

www.coloplast.ch

Besuchen Sie die digitale Welt von Coloplast.
Hier finden Sie weitere nützliche Informationen rund um den intermittierenden Selbstkatheterismus und die SpeediCath®-Katheter.