

Wellspect®
A REAL DIFFERENCE

URINVÄGARNA OCH
TARMENS PÅVERKAN VID
PARKINSONS SJUKDOM

Navina™ **LoFric®**

Många patienter med Parkinsons sjukdom har problem med tarmen och/eller urinblåsan i varierande grad.

Denna broschyr förklarar hur urinvägarna och tarmen fungerar och hur du lättare kan känna igen symtom som kan uppstå och behandlingar som kan hjälpa dig att hantera din blåsa och/eller tarm.

Du får även tips på hur du själv kan göra vardagen enklare. Det är viktigt att inte ignorera denna typ av problem då det finns hjälp att få. Vi hoppas denna broschyr är till hjälp för dig!

Vi vill tacka uroterapeuter/sjuksköterskor för er hjälp med faktagranskning.



INNEHÅLLSFÖRTECKNING



Tarmen

Hur fungerar tarmen när man har Parkinsons sjukdom?	4
Hur fungerar matsmältningskanalen?	5
Hur får jag hjälp?	6
Behandling	7
Vad är transanal irrigering (TAI)?	8
Navina - Ökad självständighet	10
Berättelse ur verkliga livet	11



Urinvägarna

Hur fungerar urinvägarna när man har Parkinsons sjukdom?	12
Urinvägarna och hälsan	13
Urinvägsinfektioner	14
Hur får jag hjälp?	15
Behandling	16
Hur kan RIK lösa dina problem?	17
LoFric - Valet du alltid kan lita på	18
Bra att veta om tappningskatetrar	19
Berättelse ur verkliga livet	20
Urinblåsan och tarmens påverkan	22



HUR FUNGERAR TARMEN NÄR MAN HAR PARKINSONS SJUKDOM?

Förstoppning är ett av de vanligaste icke-motoriska symtomet vid Parkinsons sjukdom. Två av tre personer med Parkinsons sjukdom lider av förstoppning, symtomet kan uppstå långt innan diagnosen är ställd.

Dopamin är avgörande för att kunna styra och kontrollera kroppsrörelser, men också blås- och tarmfunktionen. Dopaminbristen kan också påverka nervsignalerna från hjärnan till urin-blåsa och tarm, vilket kan orsaka olika symtom från dessa organ.

En orsak till förstoppning är att sjukdomen påverkar nervsystemet i mag-tarmkanalen, så att tarmarnas rörlighet minskar och tiden mellan

avföringar blir längre. Andra orsaker är att personer med Parkinsons sjukdom ofta rör sig mindre än andra, vilket även det minskar tarmarnas rörlighet. Även svårigheter att få i sig tillräckligt med vätska kan leda till hård avföring. Upptaget av Parkinsonmedicinen levodopa kan påverkas av förstoppning. Det är viktigt att få till en bra tarmtömning, så att effekten av medicinen blir optimal.

Förstoppning kan ge olika symtom

Vanligt symtom är hård och torr avföring som kommer ut med svårighet. Du går inte på toaletten så ofta som tidigare trots att livsstil och matvanor inte har förändrats. Detta kan vara kombinerat med en "orolig mage" och gaser. Du kan ha en ständig känsla av ofullständig tömning som gör att du behöver sätta dig på toaletten och tömma orimligt många gånger per dag. Förstoppning kan även orsaka hemorrojder som kan vara smärtsamma och lättblödande.

HUR FUNGERAR MATSMÄLTNINGSKANALEN?

Hela matsmältningskanalen i en människas kropp är ca nio meter lång. När vi har tuggat och svält maten transporteras den via magsäcken till tarmarna.

Så fungerar matsmältningskanalen

Efter att maten finfördelats i magsäcken, passerar den vidare genom tunntarmen, vars huvudsakliga funktion är att absorbera näring. Maten förs sedan vidare in i tjocktarmen. Tjocktarmen tar emot ca 1,5 liter vätska per dag från tunntarmen och absorberar salter och större delen av vattnet, vilket omvandlas till ca 150–200 ml avföring. Avföringen transporteras med hjälp av tarmrörelser. Passagen genom tjocktarmen tar omkring 1–3 dagar.

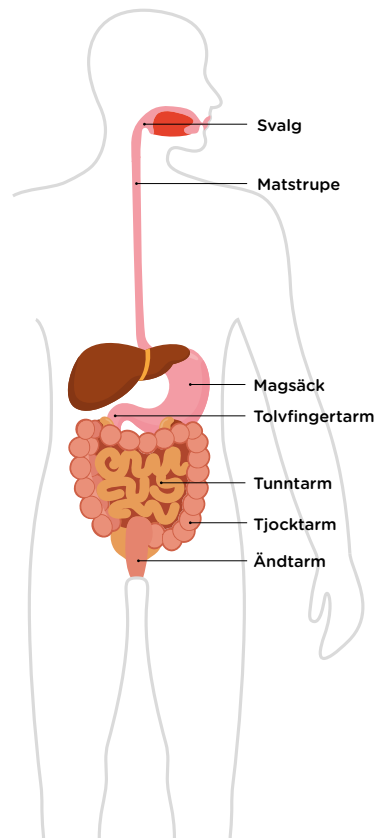
En del av avföringen samlas i ändtarmens nedersta del och när ändtarmen spänns ut skickas en signal till hjärnan att det är dags att utträtta sina behov och då töms avföringen ut via ändtarmen.

Tarmtömning

Tarmtömningen styrs via hjärnan och ryggmärgens nervsignaler. När det kommer en signal från hjärnan att tarmen skall tömmas startar tarmtömningsprocessen.

Sammandragningar i diafragman ökar trycket i buken och utlöser tarmrörelser i tjocktarmen och ändtarmen, vilket får slutmuskeln att slappna av och ändtarmsöppningen öppnas.

Det är normalt att tömma tarmen från 3 gånger i veckan till 3 gånger om dagen.



HUR FÅR JAG HJÄLP?

För att kunna bestämma vilken sorts behandling som passar dig bäst, måste du genomgå en utredning. Ta upp dina besvär med din vårdgivare, t.ex. husläkare, neurolog eller annan sjukvårdspersonal, för att få dina problem och behov kartlagda.

Sök hjälp

Tarmproblem är tyvärr fortfarande förenat med skam och påverkar individen psykiskt och socialt med försämrad livskvalitet som följd. Det är ett ämne som t.o.m är svårt att prata med sjukvårdspersonal om. Det är viktigt att våga söka hjälp och börja prata med någon om problemet.

Utredning tarm

Under första mötet kommer din specialistsjuksköterska eller läkare att fråga dig om dina problem och eventuellt får du fylla i ett frågeformulär kring dina tarmproblem. Vanligtvis ber de dig om att föra en tarmdagbok (mat, dryck och tarmtömningar) under några dagar för att få en bra bild av dina avföringsvanor. Läkaren undersöker också ändtarmen och utesluter tarmsjukdom.



Tips och tricks på www.wellspect.se

Titta på instruktioner på video

Lyssna till andra användare

BEHANDLING

Det första behandlingsalternativet är konservativ behandling

Kosten

Kosten har betydelse då vissa livsmedel orsakar lös mage och andra ger förstoppning. Regelbundna måltider och normal mängd vätska och fiberintag är viktigt.

Fysisk aktivitet

Regelbunden fysisk aktivitet hjälper till att få igång tarmrörelserna.

Toaletterträning

Att sitta på toaletten regelbundet en viss tid varje dag kan vara en hjälp. Lyssna efter signalen och gå när signalen kommer, vänta inte. Får du ingen signal gå i alla fall ca 20–40 minuter efter t.ex. frukost. Sittställningen kan underlätta tarmtömningen, en fotpall under fötterna kan vara till hjälp.

Läkemedel

Det finns olika laxermedel, t.ex. bulkmedel som hjälper till att få bättre konsistens på avföringen. För ökad tarmmotorik så avföringen transporteras fortare, finns det tarmirriterande medel.

Minilavemang

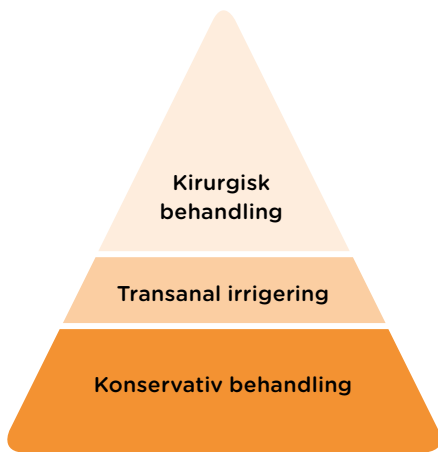
Ett minisystem där man för in ca 100 ml vatten och på så sätt tömmer ändtarmen kan vara tillräckligt för vissa patienter. Om effekten inte är tillräcklig så är nästa steg transanal irrigering.

Det andra behandlingsalternativet är transanal irrigering (TAI)

Transanal irrigering är nästa steg. TAI är en terapi som ofta förbises. Det är en metod för att effektivt tömma tarmen. Genom att föra in vatten i tjocktarmen via en rektalkateter eller kona stimuleras tarmarnas peristaltiska rörelser, så att avföringen kan tömmas. Denna terapi kan spara mycket tid och minska frustrationen när man inte får önskat resultat med de konservativa metoderna.

Det tredje behandlingsalternativet är kirurgi

Högre upp i pyramiden hittar du alternativ, såsom antegrad irrigation, elektrisk stimulering eller kolostomi.



Behandlingspyramid

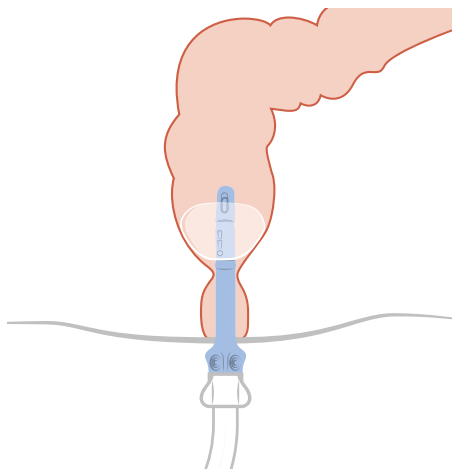
VAD ÄR TRANSANAL IRRIGERING (TAI)?

Transanal irrigering är en teknik som används för att tömma tarmen på ett effektivt sätt. Det innebär att man tömmer ändtarmen och nedre delen av tjocktarmen genom att tillföra vatten i tarmen.

Regelbunden irrigering av tarmen tömmer tjocktarmen och ändtarmen så effektivt att ingen avföring når ändtarmen förrän nästa irrigeringstillfälle. Det förebygger avföringsläckage samtidigt som du får möjlighet att välja tidpunkt och plats för att tömma tarmen. Tillförseln av vatten skapar dessutom en massrörelse från den uppåtgående tjocktarmen, vilket förebygger förstoppning. Andra betydande fördelar med TAI är att du slipper lägga lika mycket tid och energi på tarmskötseln, samtidigt som du kan bli mer självständig.

Inga fler olyckor

När inlärningsperioden är avklarad och tarmen har vant sig vid TAI är målet i regel att irrigera varannan dag. Vid det laget bör du ha fått till en tarmtömningsrutin som gör att du slipper både förstoppning och avföringsläckage. Syftet med TAI är att återställa en god och regelbunden tarmfunktion, så att du kan leva som vanligt.



Vatten tillförs till tjocktarmen via rektalkateter eller kona som placeras i ändtarmen.



Nu kan du
tänka på annat

Med TAI
Tarmtömning med TAI är
betydligt mer effektivt än med
konservativa metoder.

Utan TAI
Ett liv med förstoppning.



NAVINA - ÖKAD SJÄLVSTÄNDIGHET

Ett innovativt och användarvänligt system för transanal irrigering (TAI) som ger dig möjlighet att vara mer spontan i din vardag.

Navina™ Systems är inte bara en medicinsk produkt av högsta kvalitet. Det är ett komplett system för TAI, bestående av flera unika produkter, ett omfattande utbildningsprogram och en mobil applikation som gör att du kan justera din behandling så att den blir exakt som du vill ha den.

Navina Classic - intuitiv och användarvänlig

Navina™ Classic är den användarvänliga lösningen som är lätt att pumpa.

Den har stora intuitiva kontroller och färgkodade pumpar för vatten och luft, vilket gör systemet lätt att förstå. Navina Classic är det perfekta valet för dig som föredrar manuell irrigering.



Navina Smart - intelligent och individuellt anpassad

Navina™ Smart är ett elektroniskt system som gör att du kan anpassa din TAI exakt efter dina behov - på ett säkert, konsekvent och kontrollerat sätt. Med den lättanvända, digitala kontrollenheten kan du styra vattenvolym, irrigeringshastighet och uppblåsning av ballongen. Efter att du har testat fram och sparat dina personliga inställningar behöver du bara trycka på start för att komma igång. Kontrollenheten är utformad så att även användare med nedsatt handfunktion själva ska kunna utföra sin TAI.





BERÄTTELSE UR VERKLIGA LIVET

Användare av Navina

Jag blev diagnostiserad med Parkinsons sjukdom för snart 15 år sedan. De första åren hade jag lindriga symtom, medicinen var tillräckligt för att hålla symtomen under kontroll. Folk märkte inte ens att jag var sjuk. Nu vet jag att det inte är ovanligt för en person med Parkinson att ha besvär från urinvägarna och tarmen, men i början kändes det väldigt stressande och ensamt.

Jag hann inte alltid fram i tid till toaletten. Ibland kände jag inte när jag var tvungen att gå på toaletten, så olyckor skedde ofta även om jag rusade dit vid minsta signal från magen.

Efter en tid fick jag kontakt med en uroterapeut på en mottagning som ville introducera transanal irrigering (TAI) för mig. Jag ville i ärlighetens

namn inte alls testa, men med uroterapeuten och mina barns uppmuntran gav jag det ett försök och det visade sig vara ett bra beslut. Även om det kändes svårt och jobbigt i början kan jag nu vara säker på att slippa olyckor.

I början kändes det som jag tog två steg fram och ett tillbaka, men i det stora hela har det gått oväntat enkelt. Jag använder Navina varannan dag och det tar en timme. Dagen mellan toalettbesöken brukar jag tänka att jag har semester från min tarm, vilket är ganska trevligt med tanke på hur mycket tid och tankeverksamhet tarmen tog i anspråk tidigare.

Min livskvalitet har förbättrats avsevärt sedan jag började med TAI och Navina, nu behöver jag inte vara orolig för att det ska ske en olycka.



HUR FUNGERAR URINVÄGARNA NÄR MAN HAR PARKINSONS SJUKDOM?

Parkinsons sjukdom är en neurologisk sjukdom som beror på att dopaminet minskar i hjärnan, vilket ger symtom som rörelserubbning, skakningar och långsammare rörelser. Dessa är de mest uppenbara symtomen, men sjukdomen kan påverka många system i kroppen, även urinblåsan och tarmens funktion.

Urininkontinens är 4 gånger så vanligt hos personer med Parkinsons sjukdom som hos friska personer i samma åldersgrupp.¹

Urinblåsan är ansvarig för att lagra och tömma urin från kroppen. Signaler från hjärnan är ansvariga för att kontrollera dessa funktioner.

När dopaminet minskar kan det leda till att dessa nervsignaler inte fungerar som de ska.

Urinvägarna har samma nervförsörjning som tarmen, vilket betyder att den också kan påverkas. Om tarmen blir förstoppad kan detta påverka blåstömningens förmågan eller ge urinträngningar.

Trängningar med eller utan läckage

Dessa oönskade sammandragningar av urinblåsan är svåra eller omöjliga att stoppa. Du känner behov av att kissa ofta och du kissar relativt små mängder varje gång. I samband med urinträngning kan det hända att det läcker urin. Trängningen orsakas av att urinblåsan är överaktiv.

Många har också behov av att tömma urinblåsan fler gånger under natten, vilket kan påverka din sömn och orsaka trötthet.

Svårigheter att tömma urinblåsan

I bland kan det också vara svårigheter att tömma urinblåsan. Det beror på att urinblåsans muskel inte har tillräckligt med kraft, så det blir bara en svag stråle vid miktion och/eller att det är svårt att starta att kissa. I och med att Parkinsons sjukdom påverkar muskelfunktioner i hela kroppen påverkas också slutmuskeln. Det är en muskel som styr öppning och stängningen av urinröret. När den muskeln blir stel kan öppnings- och stängningsförloppet bromsas upp eller bli ofullständigt.

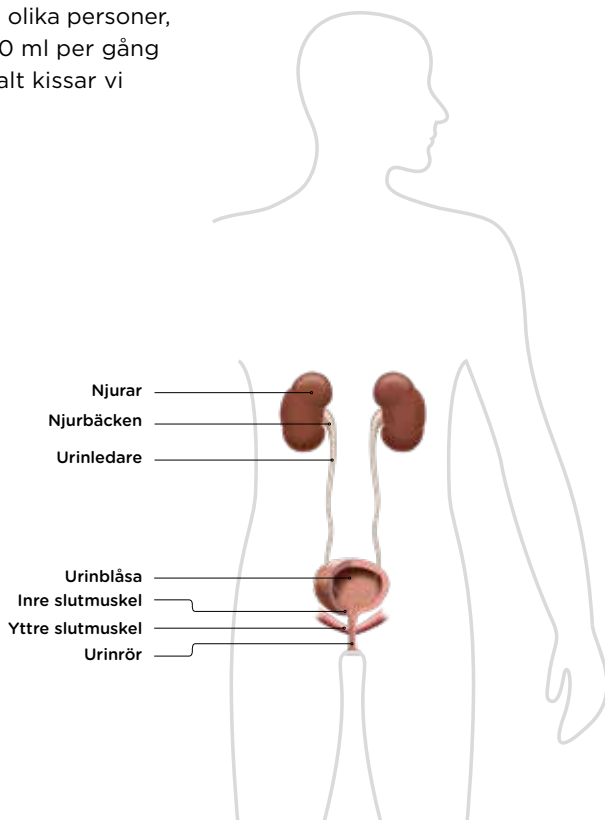
URINVÄGARNA OCH HÄLSAN

Friska, fungerande urinvägar är viktiga för vårt välbefinnande och faktiskt en förutsättning för att leva.

Njurarna har två huvuduppgifter: Att avlägsna slaggprodukter ur blodet och att reglera salt- och vattenbalansen i kroppen. Slaggprodukterna utsöndras i urinen. Urinen rinner sedan till urinblåsan, som fungerar som en uppsamlingsreservoar. Själva urinblåsan är egentligen en stor muskel, som kan expandera och dra ihop sig.

Under blåstömningen drar urinblåsan ihop sig och trycket höjs samtidigt som slutmuskeln öppnar sig, vilket resulterar i att urinblåsan töms. Slutmuskeln är belägen nedan urinblåsan och fungerar som en säkerhetsventil, och antingen är den stängd eller öppen. När den är öppen kan urinen rinna ut.

Mängden urin varierar mellan olika personer, men i regel kissar vi 200-400 ml per gång och 1-2 liter per dygn. Normalt kissar vi 4-8 gånger per dygn.



URINVÄGSINFEKTIONER

Har man problem med att tömma urinblåsan löper man större risk att få urinvägsinfektion (UVI). Bakterierna växer lätt till i urin som inte töms.

Urinvägsinfektioner (UVI)

UVI är en bakteriell infektion som påverkar någon del av urinvägarna. Bakterier förökar sig och angriper slemhinnan i urinblåsan eller njurarna och orsakar en UVI.

Infektioner som t.ex urinvägsinfektion kan påverka personer med Parkinsons sjukdom, både motoriska och icke motoriska symtom kan bli mer förekommande under pågående infektion. Tillståndet stabiliseras efter tillfrisknande men kan fortgå under återhämtningsperioden, som för personer med parkinsonsdiagnos kan vara extra lång.

Att ha förhöjda värden av bakterier i urinen utan symtom innebär inte att man har en urinvägsinfektion. Om man behandlar bort dessa bakterier med antibiotika är risken stor att senare få "elakare" bakterier som ger kraftigare symtom. Resistens kan utvecklas genom att ta bort bakterier, bl.a. genom över- och felanvändning av antibiotika.

Förutom de typiska symtomen på en urinvägsinfektion, som du kan läsa om till höger i rutan, så kan det också finnas en generell sjukdomskänsla och trötthet.

Även problem med att tömma urinblåsan kan vara ett symtom på UVI.

Typiska symtom vid UVI:

- Förändrad blåsfunktion
- Läckage/ökat läckage
- Kissnödig väldigt ofta, dvs. täta trängningar
- Sveda eller smärta när man kissar
- Diffus smärta i nedre delen av mage och rygg
- Feber
- Missfärgad och illaluktande urin

Om du har symtom på en UVI
- kontakta sjukvården för vidare utredning.

HUR FÅR JAG HJÄLP?

Problem med urinvägarna är vanligt hos en person med Parkinsons sjukdom. Symtomen kan komma och gå, men det är viktigt att inte ignorera dem, eftersom de kan bli värre.

För att kunna bestämma vilken sorts behandling som passar dig bäst, bör du genomgå en utredning. En läkare eller sjuksköterska/uroterapeut kan ställa rätt diagnos på dina blås- och/eller tarmproblem.

Utredning urinvägar

Under första mötet kommer din specialistsjuksköterska eller läkare att samla information om hur du upplever dina urinvägsproblem. Vanligtvis görs också ett ultraljud för att se om urinblåsan är helt tom efter att du kissat. Det är viktigt att

få veta om du kan tömma urinblåsan helt tom.

Det är även vanligt att du får fylla i en dagbok över hur du kissar, en så kallad miktionslista. Detta för att se hur ofta, hur mycket och när du kissar och eventuellt också för att se hur lång tid det tar för dig att tömma urinblåsan. Urindagboken är värdefull för att få en mer exakt bild av dina problem.

Den första utredningen blir en bra bas för att se om du behöver göra ytterligare undersökningar på en specialistklinik, t.ex. hos urolog.

Prata med din läkare eller sjuksköterska. Det finns många sätt att förbättra din livskvalitet.



BEHANDLING

Sjukvården kan skräddarsy en behandlingsform som tar hand om just de problem du har. Vid lättare besvär inleds behandlingen vanligtvis med råd och tips hur du kan hantera dina besvär.

Målet är att höja livskvaliteten och förhindra komplikationer.

Läkemedel

Det finns läkemedel (tabletter) som minskar urinträngningarna. De verkar avslappnande på muskulaturen i urinblåsan.

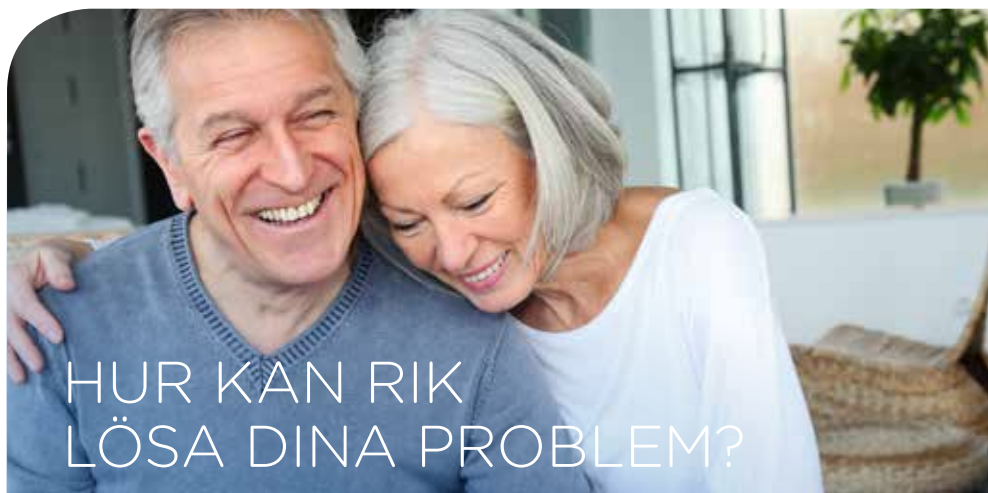
Det finns även läkemedel som sprutas in i blåsmuskulaturen, läkemedlet kan minska urinblåsans överaktivitet. Ibland behöver man kateterisera sig efter behandlingen, eftersom läkemedlet är så effektivt att urinblåsans muskel inte kan dra ihop sig för att tömma urinblåsan.

Blåstömning med kateter

Kateterisering av urinblåsan är behandlingen om urinblåsan inte töms tom efter du kissat. Det finns två olika behandlingsmetoder: Ren Intermittent Kateterisering (RIK) och permanent kateter. RIK är förstahandsval och innebär att urinblåsan töms regelbundet med en hydrofil engångskateter.^{2,3}

Dessa behandlingar kombineras ofta:

- Medicinering som t.ex. dämpar en överaktiv blåsa
- Ren Intermittent Kateterisering (RIK). Blåsan töms fullständigt med hjälp av en engångskateter
- Användning av inkontinensskydd
- Blåsträning och/eller bäckenbottenträning



Så här fungerar Ren Intermittent Kateterisering (RIK)

RIK innebär att en kateter förs in i urinblåsan regelbundet, så att all urin rinner ut. Detta hjälper blåsan att tömmas helt tom. När blåsan är tom tas katetern ut igen. De flesta lär sig att kateterisera sig väldigt fort. Även personer med begränsad motorik eller dålig handfunktion utför RIK regelbundet. Med lite träning tar det bara några få minuter.³⁻⁵ Tusentals män, kvinnor och barn runt om i världen självkateteriserar sig varje dag. Deras erfarenhet är att det löser många av deras problem och gör livet mycket enklare. Det är effektivt oavsett om problemet är att lagra urin eller svårighet att tömma blåsan.

Förbättra livskvaliteten

Genom att minimera risken för urinvägsinfektioner och/eller läckageproblem, går det att leva ett normalt liv i större utsträckning, utan rädsla för generande urinlukt eller våta kläder. Detta kan ge dig bättre kontroll och därmed förbättra din livskvalitet. När urinblåsan töms helt, kan toalettbesöken också bli glesare.

Förebygga urinläckage och täta trängningar

När du tömmer urinblåsan helt och regelbundet kan du undvika läckage och täta trängningar. Detta innebär färre toalettbesök både dag- och nattetid. En överfylld urinblåsa kan ge okontrollerat läckage.

Om urinblåsan inte är fullständigt tömd så kan en liten mängd urin räcka för att du kan behöva gå på toaletten igen.

Spar tid

En del får sitta väldigt länge på toaletten för att tömma urinblåsan alternativt gå tillbaka strax igen efter de har kissat. RIK tar bara några få minuter och du tömmer helt tomt.

Minska risken för urinvägsinfektioner

Risken för urinvägsinfektioner minskar om urinblåsan töms helt.^{2,3} För att förhindra urinvägsinfektioner bör man därför regelbundet tömma urinblåsan fullständigt.

LOFRIC - VALET DU ALLTID KAN LITA PÅ

Användarvänliga hydrofila tappningskatetrar anpassade till din kropp för skonsam och säker långtidsanvändning.

LoFric Origo - användarvänlig och säker, i smart förpackning

LoFric® Origo™ är en hydrofil kateter för män designad för att ge en säker, hygienisk och smidig kateterisering. Förpackningen kan vikas till fickformat och gör LoFric Origo diskret och enkel att bära med sig. LoFric Origo har ett greppvänligt justerbart handtag för en mer stabil och säker kateterisering. Den är skonsam och säker att föra in och dra ut. Katetern är klar att användas omedelbart efter aktivering.

LoFric Elle - säker och diskret med ergonomisk design för bättre hygien och optimal kontroll

LoFric® Elle™ är en hydrofil tappningskateter för kvinnor och avsedd för engångsbruk, klar att använda direkt, där behållaren blir ett handtag när den ansluts till katetern. Handtaget är ergonomiskt och förbättrar kontrollen, säkerställer bättre hygien och upprätthåller integriteten.

LoFric Sense - användarvänlig, säker och diskret design

LoFric® Sense™ är ett attraktivt val för kvinnor. Liten och diskret – men ändå tillräckligt lång för fullständig tömning av urinblåsan. LoFric Sense har allt som behövs för en säker och bekväm kateterisering var som helst. Katetern är skraddarsydd för kvinnor och deras speciella behov.

LoFric Hydro-Kit - allt i ett-lösningen - säker och enkel att använda var som helst

LoFric® Hydro-Kit™ är det kompletta hydrofila kateter-setet. Med både LoFric-kateter, vattenpåse med saltlösning och uppsamlingspåse blir du oberoende av toalett eller tillgång till vatten. LoFric Hydro-Kit erbjuder dig frihet och trygghet att kateterisera dig oavsett var du är. Katetern är klar att användas omedelbart efter aktivering.

BRA ATT VETA OM TAPPNINGSKATETRAR

Som med många saker i livet är det avgörande att få en bra start. Detta gäller även när du börjar med självkateterisering. Därför är det viktigt att välja en kateter som passar dina behov och din livsstil.

De flesta föredrar katetrar som är smidiga att använda och lätta att föra in. Lika viktigt som en bra start är det att tänka långsiktigt. Både på kort och lång sikt är ytan på katetern oerhört viktig. Varje kateterisering innebär en påfrestning på urinröret. Det kanske inte märks i början, men med tiden läggs den ena påfrestningen till den andra och på sikt kan en allvarlig komplikation utvecklas.

Därför är det av största vikt att använda en kateter med låg friktion redan från början. LoFric® är en tappningskateter med en helt unik och vetenskapligt beprövad yta som ger en följsam yta med minimal friktion.



Det yttersta lagret på katetern består av ett tunt lager med PVP, som tillsammans med salt/lösta ämnen, i rätt koncentration, binder vatten till kateterytan. Detta säkerställer att kateterns yta förblir hal och skonsam under hela kateteriseringen.



BERÄTTELSE UR VERKLIGA LIVET

Användare av LoFric Sense

- Det var min urolog som till slut sa att jag inte hade något val. Med mina 8-10 urinvägsinfektioner om året var RIK den enda utvägen. Det tog lång tid för mig att vänja mig vid RIK.

Innan dess hade hennes tillvaro kommit att kretsa kring att hon mer eller mindre ständigt kände sig kissnödig. Varje morgon stoppade hon på sig tjocka bindor ifall hon skulle kissa på sig under dagen. Det som vände hennes negativa tankar var coachningen på rehabiliteringsenheten. Hon tyckte det tog lång tid så de bad henne att ta tid.


- Det hjälpte mig att sätta det hela i perspektiv. För vad är tio minuter av dygnets alla tjugofyra timmar! Plötsligt blev det enklare att RIKa sig och jag kunde äntligen acceptera det som en del av min vardag. Idag använder jag RIK varje gång jag kissar, men det är inte längre någon stor sak för mig.

Det är så här min urin kommer ut ur kroppen helt enkelt. En uroterapeut tipsade mig om att kissa efter klockan, det vill säga med tre till fyra timmars mellanrum och det fungerar väldigt bra.

- RIK har inneburit en omvälvande förändring till det positiva för mig. Mina inkontinensproblem försvann helt. Jag har inget urinläckage om dagarna och om nätterna slipper jag gå upp på toaletten - tidigare kunde jag gå fyra till fem gånger, vilket förstörde nattsömmen totalt. Urinvägsinfektionerna försvann också till en början helt och hållet. Idag får jag kanske en UVI vartannat år, mer än så är det inte.

- Jag är så mycket friare i livet. Tryggare också - jag slipper att fundera över om det finns en toalett i närheten eller inte.

- Jag skulle vilja råda alla andra som har liknande problem att genast söka hjälp, för hjälp finns att få! Tveka inte, du kommer att få tillbaka ditt liv!



”RIK har inneburit en omvälvande förändring till det positiva för mig. Mina inkontinensproblem försvann helt.”



URINBLÅSAN OCH TARMENS PÅVERKAN

Blås- och tarmdysfunktion uppträder ofta tillsammans. I många fall med samverkande symtom, vilket har en stor påverkan på livskvaliteten. Om urinblåsans symtom blir värre, kan också tarmens symtom förvärras. De behandlas sällan tillsammans, även om det skulle kunna vara en fördel för resultatet.

Här är några exempel på hur urinblåsan och tarmen kan påverka varandra vid Parkinsons sjukdom

Urininkontinens på grund av förstoppning.

Förstoppning kan framkalla urininkontinens och ge ökade urinträningar på grund av mekaniskt tryck mot urinblåsan.

Neurologisk påverkan.

Blås- och tarmfunktionen fungerar neurologiskt på liknande sätt.

Läkemedels påverkan.

Vissa läkemedel mot urinvägs-symtom kan förvärra tarmdysfunktionen.

Kombinerad behandling för optimalt resultat

Behandling som hjälper mot ett av tillstånden lindrar ofta det andra samtidigt.

Behandling som hjälper dig att återta kontrollen över urinblåsan och tarmen kommer att öka din livskvalitet. Fråga din vårdpersonal för mer information.



VILL DU VETA MER OM ATT FÅ EN BRA START?

- Lär dig mer om kroppen och olika diagnoser
- Förstå värdet av Ren Intermittent Kateterisering (RIK) med LoFric
- Hur kan transanal irrigering (TAI) med Navina Systems få dig att återta kontrollen?
- Se instruktionsfilmer
- Ta del av personliga berättelser

Allt detta och mer, hittar du på:
wellspect.se eller om du scannar
QR koden bredvid.

Prenumerera på vår blogg
och få de senaste uppdateringarna
direkt i din mail.

Kontakta oss

Vill du veta mer eller har frågor om
LoFric och Navina Systems samt
våra supportprogram för användare,
tveka inte att vända dig direkt till oss.
Kundservice 031-376 40 20.



Referenser

1. Serra MC et al. Neurourology and Urodynamics. 2017;1-5.
2. Lamin E, Newman DK. Int Urol Nephrol. 2016;48(6):931-941 .
3. Vahr S et al. EAUN guideline urethral intermittent catheterization. EAUN 2013.
4. Chartier-Castler E, Denys P. Neurology and Urodynamics 2011;30:21-31.
5. Li L et al. Arch Phys Med Rehab. 2013;94:782-7.

På Wellspect värdesätter vi människorna bakom våra framgångar. Genom tusentals användare och sjukvårdspersonal världen över vet vi att samarbete är den bästa grunden för att kunna utveckla kontinensvården, erbjuda innovativa produkter och tjänster och därigenom bidra till att våra användare kan leva det liv som de önskar. Med välkända varumärken som LoFric® och Navina™ är vi världsledande inom produkter för blåsa- och tarmskötsel. Vår verksamhet bygger på mer än 30 års erfarenhet av livsförbättrande lösningar och varje dag eftersträvar vi att göra skillnad för alla dem som behöver våra produkter och tjänster.

Wellspect. En verklig skillnad.

[wellspect.se](https://www.wellspect.se)



Wellspect HealthCare, Aminogatan 1, Box 14, 431 21 Mölndal.
Telefonnummer: +46 31 376 40 00.

