



PRÍRUČKA
PRE PACIENTOV

INTERMITENTNÁ MOČOVÁ KATETRIZÁCIA

S Actreen® žijem naplno

S Actreen® žijem naplno



Odporúča Martin Ludrovský, víťaz paralympijských hier
Londýn 2012, stolný tenis - družstvá

Skupina B. Braun
spolupracuje s partnermi:



ÚVOD

Túto príručku čítate pravdepodobne preto, že sa Váš život dramaticky zmenil. Lekár Vám oznámil, že sa musíte cievkovať. Určite nie je ľahké sa nielen s touto situáciou, ale aj mnohými ďalšími zmenami vysporiadať. Chcem Vám povedať, že v tom nie ste sami. Na celom svete sa každý deň cievkuje veľmi veľa ľudí.

Katetrizácia (cievkovanie) je spôsob vyprázdňovania Vášho močového mechúra pomocou plastovej hadičky nazývanej katéter. Za určitých okolností sa poruší prirodzená schopnosť mechúra pravidelne sa vyprázdňovať. Práve cievkovanie najlepšie simuluje fyziologické správanie močových ciest bez toho, aby v nich zostával trvalo zavedený, telu cudzí materiál. Cievkovanie vyprázdňuje močový mechúr kompletne a efektívne. Môžete ho vykonávať všade tam, kde by ste za normálnych okolností vyprázdňovali močový mechúr.

To znamená, že môžete cestovať, pracovať a viesť naďalej svoj normálny život.

Lekár Vám odporučí, ako často potrebujete vyprázdňovať mechúr v závislosti od vašej osobnej potreby. Štandardne sa tak deje 4–6 krát denne (pacienti na Slovensku majú obmedzenia kvôli limitom zdravotných poisťovní – 120 ks cievok na mesiac, t. j. 4 na deň). V tejto príručke Vás naučíme, ako sa dá bezpečne vyprázdňovať močový mechúr pomocou čistej intermitentnej katetrizácie.

Čistá intermitentná katetrizácia je bezpečná a spoľahlivá metóda, ak sa realizuje správne. Príručka Vás prevedie základnými pravidlami, ktoré sú dôležité, aby ste sa vyhlí možným komplikáciám.

Venujte, prosím, pozornosť nasledujúcim stranám.
Nie je sa čoho báť, určite to zvládnete!



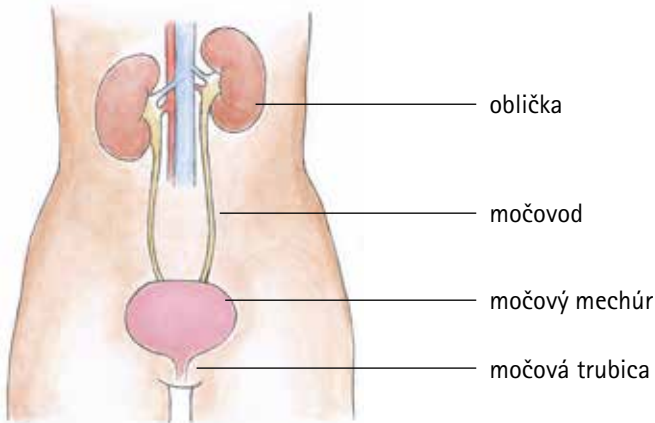
MUDr. Viliam Kubas

Urológ

Fakultná nemocnica s poliklinikou F. D. Roosevelta Banská Bystrica

Urologická klinika SZU

MOČOVÉ ÚSTROJENSTVO A JEHO FUNKCIE



PREČO SA MI NEVYPRÁZDŇUJE MOČOVÝ MECHÚR?

Obličky sú párový orgán a sú uložené v ľudskom tele po stranách chrbtice, v zadnej časti tesne pod rebrami. Majú svoje vlastné cievne zásobovanie, ktoré do nich smerom od srdca privádza krv.

Obličky krv filtrujú a odpadové látky sa vylučujú močom.

Keď sa mechúr naplní, pošle signál do mozgu. Ten vyvolá pocit nutkania a my musíme ísť na toaletu. Niekedy nastane situácia, keď je potrebné močovému mechúru s vyprázdnením trochu pomôcť, a musíme použiť katéter (cievku).

Odborný personál vás naučí, ako katéter správne zavádzať.

EXISTUJE NIEKOĽKO PRÍČIN, PREČO SA MOČOVÝ MECHÚR NEMÔŽE NORMÁLNE VYPRÁZDNIŤ:

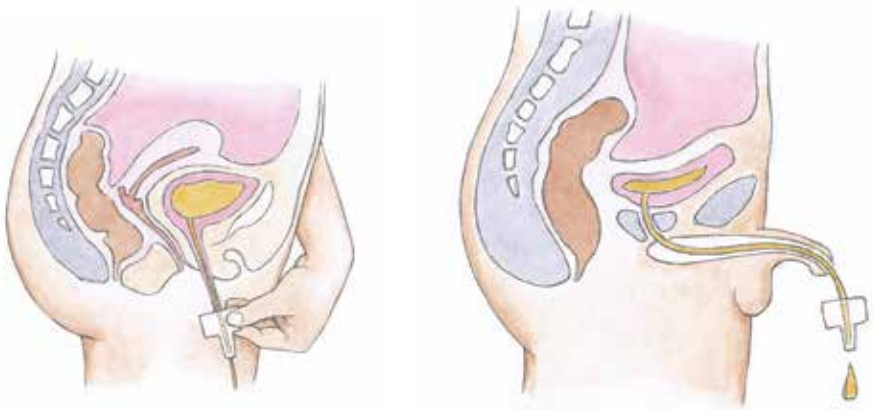
- vrodená porucha,
 - porucha nervov, ktoré ovládajú močový mechúr (najčastejšou príčinou bývajú poranenia chrbtice, neurologické ochorenia – napr. roztrúsená skleróza – alebo chronické ochorenia – napr. cukrovka),
 - zlé fungovanie svalov močového mechúra, ktoré sú z viacerých dôvodov buď príliš uvoľnené, alebo stiahnuté.
-

ČO JE TO INTERMITENTNÁ KATETRIZÁCIA?

Intermitentná katetrizácia je pravidelná opakovaná katetrizácia, ktorá slúži na vyprázdňovanie močového mechúra. Močový katéter sa zavádza močovou trubicou do močového mechúra v pravidelných intervaloch.

Katétre sa vyrábajú v rôznych veľkostiach a typoch. Odborný personál vám pomôže vybrať vhodnú pomôcku.

U žien je močová trubica dlhá cca 3–4 cm, u mužov je dlhšia, cca 14–16 cm. Po zavedení katétra do močového mechúra môže moč voľne odtekať. Keď všetok moč odtečie, katéter jednoducho vytiahnete.



PREČO SA MUSÍME KATETRIZOVAŤ?

ABY SA MOČOVÝ MECHÚR DÔKLADNE VYPRÁZDNIL

Ak sa mechúr dôkladne nevyprázdni, zostane v ňom určité množstvo moču – tzv. rezíduum. Tento zvyškový moč je vhodným prostredím pre vznik infekcie močového ústrojenstva so všetkými negatívnymi dôsledkami (bolesť v podbrušku, pálenie, rezanie pri močení, časté nutkanie na močenie, prítomnosť krvi či hlienu v moči).

Ak nedokážete svoj mechúr dobre ovládať alebo ak je v mechúre vysoký tlak, môže dochádzať k samovoľnému úniku moču (inkontinencia). Pravidelná katetrizácia vám pomôže zostať v suchu a zároveň chráni vaše obličky a močový mechúr.

AKÝ KATÉTER ZVOLÍŤ?

Existuje niekoľko druhov močových katéetrov. Mali by ste si preto vybrať ten, ktorý vám bude najviac vyhovovať. S výberom správneho katétra vám pomôže odborný personál.

POŤAHOVANÉ MOČOVÉ KATÉTRE B. BRAUN ACTREEN®

Jednorazové močové katétre Actreen® od spoločnosti B. Braun uľahčujú katetrizáciu a poskytujú ošetrojúcemu personálu aj používateľom množstvo výhod.

Povrch močových katéetrov Actreen® je ošetrený jemným lubrikantom – glycerínom, vďaka ktorému je katéter klzký, čo zaručuje pohodlné a hygienické používanie bez nutnosti ho navlhčovať. Používateľ sa tak už nemusí o nič starať. Rad katéetrov Actreen® je určený na priame použitie.

Praktické sterilné balenie sa dá ľahko otvoriť a katétre tak môžu používať aj používatelia so zníženou obratnosťou. Špeciálny bezdotykový systém pri otváraní obalu minimalizuje riziko kontaminácie katétra počas manipulácie.

Katétre Actreen® existujú vo variantoch so zbernými vreckami, do ktorých odteká moč, aj bez zberných vreciek. Každé vrecko je vybavené spätným ventilom. Ten zadržiava moč vo vrecku a zabraňuje, aby natiekol naspäť do katétra. Vrecko má aj roh, ktorý sa dá odtrhnúť, čo uľahčuje jeho vyprázdnenie. Katétre so zbernými vreckami ocenia používatelia v mnohých situáciách, napr. pri cestovaní, v aute alebo ak sú pripútaní na lôžko.

Inovatívne vlastnosti katéetrov B. Braun Actreen® v kocke

- Bezpečné, ekologicky a zdravotne nezávadné.
- Katétre so zberným vreckom / bez zberného vrecka, rôzne dĺžky a tvrdosti.
- Pripravené ihneď na použitie v akejkoľvek dennej situácii.
- Maximálny používateľský komfort.
- Ľahké použitie, no-touch systém.
- Diskrétné balené, ľahké, ohybné a skladné.



Lubrikačné vlastnosti plne zachované pri teplotách -20 až +55 °C



Garancia lubrikácie minimálne 60 minút od otvorenia balenia



Hladké otvory na konci katétra



Šetrné k životnému prostrediu



Neobsahuje latex



Neobsahuje PVC

Neviete, ktorý typ katétra si zvoliť? **POŽIADAJTE O VZORKY ZDARMA.**

Stačí zavolať na Actreen linku B. Braun: **+421-910 123 449**

VYBERAJTE Z KOMPLEXNÉHO PORTFÓLIA

poťahovaných močových katéetrov B. Braun Actreen®

Nároky na vlastnosti a používanie katetrizačných pomôcok sa môžu u mužov, žien a detí mierne líšiť, preto je výhodou, keď si každý môže vybrať katéter a príslušenstvo presne podľa seba. Nižšie uvádzame základný prehľad dostupných katéetrov radu Actreen®.

Detailné informácie, ako je typ, priemer katétra alebo kód SÚKL nájdete na actreen.cz, actreen.sk alebo telefonujte na Actreen linku. Radi vám s výberom poradíme.

Pred použitím si prosím pozorne prečítajte návod na použitie, keďže tento obsahuje dôležité informácie o rizikách spojených s používaním zdravotníckej pomôcky.

Actreen® Hi-Lite Cath

Actreen® Hi-Lite Set

Variabilný katéter so zberným vreckom s kapacitou jedného litra alebo bez zberného vrečka. Katéter je vďaka svojej dĺžke a špeciálnemu zakončeniu vhodný najmä pre mužov.



Actreen® Mini Cath

Actreen® Mini Set

Katéter určený predovšetkým ženám disponuje používateľsky komfortnou dĺžkou len 9 cm. Vo variante so zberným vreckom s kapacitou 700 ml, aj bez.



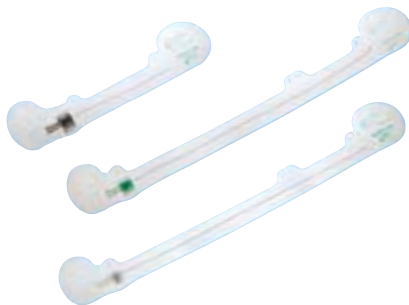
Actreen® Glyc Set

Katéter je napojený na zberné vrecko s odmernou rýskou. Vďaka špeciálne upravenému dizajnu je tento katéter vhodný najmä pre používateľov so zníženou obratnosťou.



Actreen® Lite Cath

Vhodné pre všetkých používateľov, vrátane používateľov so zníženou obratnosťou.



AKO POUŽÍVAŤ KATÉTRE B. BRAUN ACTREEN®?

Pripravte si všetko potrebné na dosah ruky: katétre, vlhčené obrúsky, papierové vreckovky a vrecko na odpad, do ktorého vložíte použité pomôcky a katéter predtým, ako ich vyhodíte.

Ak môžete, postavte sa alebo posadte k toalete a po zavedení katétra nechajte vytekať moč priamo do záchodovej misy. Ak nemôžete použiť toaletu, použite nádobu na moč, zberné vrecko, alebo katéter s pripojeným zberným vreckom (označované ako set).

Nestrácajte odvahu a nebuďte sklamaní, ak sa vám katetrizácia spočiatku nebude dariť. Katetrizáciu vám môžu uľahčiť niektoré pomôcky. Ak vám robí ťažkosť držať katéter nehybne, môže byť pre vás užitočný napr. držiak katétra. Ak budete potrebovať konkrétne príslušenstvo, zavolajte na Actreen linku.

Prehľadný videonávod nájdete na
www.actreen.sk

ŽENY - SCHÉMA ZAVEDENIA ♀



1 | Umyte si ruky alebo použite dezinfekciu. Urobte si pohodlie.



2 | Starostlivo si umyte ústie močovej trubice a vonkajšie pohlavné orgány. Utierajte vždy zhora nadol a dozadu.



3 | Jednou rukou jemne otvorte pysky. Lahký ťah nahor vám pomôže obnažiť ústie močovej trubice.



4 | Rukou opatrne zasúvajte katéter do močovej trubice, až kým nezačne odtekať moč.

TIP: Ak s katetrizáciou začínate, je dobré použiť zrkadielko pripevnené k stehnu, pomocou ktorého lepšie uvidíte ústie močovej trubice a kam katéter zaviesť. Neskôr sa naučíte zavádzať katéter aj bez zrkadielka.



5 | Močový mechúr sa musí vyprázdniť čo najviac, preto počkajte až dotedy, kým moč prestane vytekať, a potom ešte trochu zatlačte bruchom alebo si rukou zľahka stlačte podbruško. Potom katéter pomaly vytiahnite.



6 | Nakoniec si znovu umyte ruky alebo použite dezinfekciu.

UPOZORNENIE: Použitý katéter nesplachujte do záchoda. Katéter už znovu nepoužívajte.

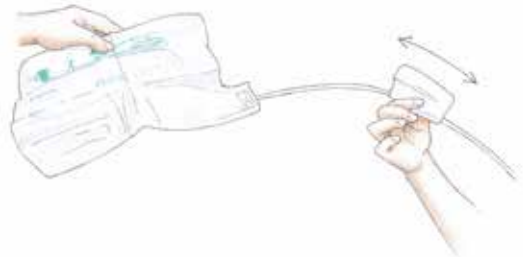
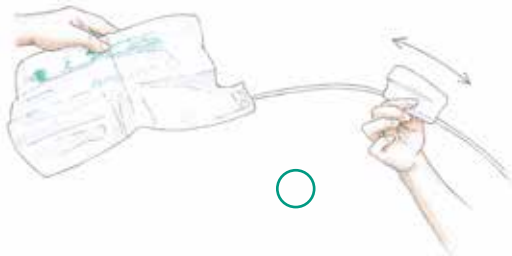
MUŽI - SCHÉMA ZAVEDENIA



1 | Umyte si ruky alebo použite dezinfekciu. Urobte si pohodlie.



2 | Dôkladne si umyte pohlavný úd.



TIP | Odporúčame využiť tzv. bezdotykový systém.

3 | Podržte penis smerom nahor. Príliš ho v ruke nezvierajte, lebo tým môžete sťažiť prechod katétra močovou trubicou. Koniec katétra zavádzajte v polohe špičky nahor.



4 | Druhou rukou opatrne zasúvajte katéter do močovej trubice, až kým nezačne odtekať moč.



5 | Stlačte penis smerom dole. Močový mechúr sa musí vyprázdniť čo najviac, preto počkajte až dotedy, kým moč prestane vytekať, a potom ešte trochu zatlačte bruchom alebo si rukou zľahka stlačte podbruško. Potom katéter pomaly vytiahnite.



6 | Nakoniec si znovu umyte ruky alebo použite dezinfekciu.

UPOZORNENIE: Použitý katéter nesplachujte do záchoda. Katéter už znovu nepoužívajte.

VEZIKOSTÓMIA

Niektorí z vás možno podstúpili operáciu močového mechúra, a nemôžu si preto vyprázdniť močový mechúr cez močovú trubicu. Namiesto toho majú v bruchu malý otvor, kadiaľ vedie do močového mechúra zvláštny „kanálik“. Tento kanálik sa nazýva „vezikostómia“.

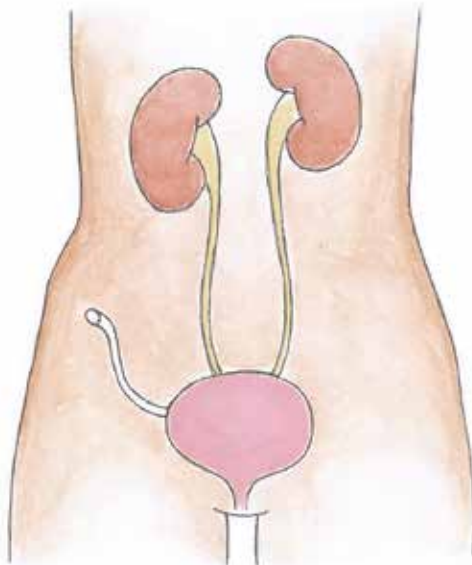
Pred vypúšťaním moču a po ňom pri využití vezikostómie si musíte vždy dôkladne umyť ruky. Starostlivo očistíte okolie vezikostómie a potom do nej zavedte katéter.

Ak používate ktorýkoľvek močový katéter, dodržiavajte pokyny výrobcu – môže ísť o katéter so špeciálnym povrchom, ktorý sa pred použitím musí namočiť do vody, aby sa dobre kĺzal. Ak používate katéter Actreen®, nemusíte ho predtým namáčať, lebo je klzký.

Pri zavádzaní katétra môžete cítiť ľahký odpor, ktorý je potrebné prekonať opatrným zvýšením tlaku na katéter. Pomôcť môže aj zatočenie katétrom v jeho pozdĺžnej osi (ako keď ťahujete skrutku). V prípade ťažkostí sa poradte s lekárom.

Opačný koniec katétra držte nad toaletou – bude vytekať moč. Potom skúste katéter zasunúť o pár centimetrov hlbšie, aby v mechúre nezostal žiadny zvyšok moču.

Keď moč prestane vytekať, opatrne katéter vytiahnite, vložte do odpadkového vrečka a vyhodte do koša.



Katetrizácia cez vezikostómiu

AKO KATÉTRE ZÍSKATE?

V momente indikácie intermitentnej katetrizácie vám katétre predpíše na poukaz lekár – urológ.

Potom budete presmerovaní na svojho spádového urológa, ktorý o vás bude starať a v prípade potreby vám bude katétre naďalej predpisovať.

Môžete sa obrátiť na urodynamické centrá, ktoré ponúkajú špecializovanú starostlivosť o pacientov s poruchou vyprázdňovania močového mechúra.

Pre viac informácií volajte Actreen linku B. Braun +421-910 123 449.

CIEVKUJETE SA A HĽADÁTE SVOJHO UROLÓGA?

Predstavujeme vám projekt urodynamických centier na Slovensku



SME TU PRE VAŠE OTÁZKY A RADI VÁM PORADÍME S CIEVKOVANÍM



Actreen linka B. Braun +421-910 123 449

Informačná linka pre cievkujúcich sa pacientov. Prevádzka linky počas pracovných dní v čase 9–16 hod.



www.actreen.sk

Urodynamické centrá sú sieť kooperujúcich špecializovaných pracovísk, kde vám odborný personál ponúka svoje služby v oblasti inkontinencie a čistej intermitentnej katetrizácie. Neoddeliteľnou súčasťou projektu je edukačná podpora centier a dôsledná edukácia pacienta na samocievkovanie, a to ako na teoretickej tak aj na praktickej úrovni.

Koncepcia projektu je odborne podporená Slovenskou urologickou spoločnosťou a vychádza z 25-ročných skúseností spoločnosti B. Braun Medical s.r.o. v Českej republike a Slovenskej republike na pozícii dodávateľa špičkových zdravotníckych technológií s ponukou komplexného sortimentu.

MÁM POUKAZ. KDE A AKO SI KATÉTRE OBJEDNÁM?

Katétre dostanete na poukaz vo výdajniach a predajniach zdravotníckych pomôcok Zelená hviezda, ktoré prevádzkujú aj zásielkovú službu. Katétre si tak môžete nechať pohodlne doručiť až domov. Najbližšiu Zelenú hviezdu nájdete na www.zelenahviezda.sk, a to vrátane kontaktu.

Lekársky poukaz			
Zdravotná poisťovňa poisťenca [][][][]		Kód lekára AA	
Príezviko a meno Novák Ivan		Fiderné číslo 000000/0000	
Bydlisko Viesňák 3, Bratislava		Dg. 8 8 8 2	
Predpísaná pomôcka Kód 8 9 5 2 6 4		Uhaci poisťovňa poisťenec euro cent euro cent	
Actreen HI - Lite Set Nelaton CH 12			
Množstvo: 120 ks			
Výber pomôcky Kód [][][][][][]		Spolu	
Odovzberie predpísane pomôcky: močová inkontinencia		Predpísal - dátum, odtlačok pečiatky, podpis	
Pôvodná pomôcky: nové <input type="checkbox"/> dĺžobné <input type="checkbox"/>		Vytvoril - dátum, odtlačok pečiatky, podpis	
Schválil - dátum, odtlačok pečiatky, podpis			
Prijal oňa	Pracovná listá	Príprava	

Poukaz platí 1 mesiac odo dňa vystavenia!

Vyplnený
Poukaz
- vzor

Praktické informácie

- Bez revízneho lekára 120 ks/mesiac
- Je možné predpísať ePoukaz na zdravotnú pomôcku až na pol roka
- Úhradová skupina B - zdravotnícke pomôcky pre inkontinenciu, retenciu moču, B 10 Pomôcky pre autokatetrizáciu

Ďalšie aktuálne informácie nájdete na www.actreen.sk

alebo volajte Actreen linku B. Braun
+421-910 123 449



SIEŤ PREDAJNÍ
A VÝDAJNÍ
ZDRAVOTNÍCKYCH
PROSTRIEDKOV

ZELENÁ HVIEZDA

RÝCHLY A SPOĽAHLIVÝ DODÁVATEĽ MOČOVÝCH KATÉTROV A PRÍSLUŠENSTVA

Variabilné močové katétre a príslušenstvo na jednom mieste

Odborné poradenstvo a individuálny prístup

Diskrétno a bezplatné dodanie močových katéetrov domov
do 48 hodín od objednania

Kontakty a zoznam predajní nájdete na

www.zelenahviezda.sk

ČO MÁM ROBIŤ MIMO DOMOVA?

Uistite sa, že máte so sebou všetko potrebné pre katetrizáciu: malú taštičku s dostatočným množstvom katétrov na celý deň, vlhčené obrúsky, papierové vreckovky a niekoľko odpadkových vreciek na použité katétre.

Stále môžete robiť všetko ako ostatní ľudia – napr. plávať alebo inak športovať či venovať sa akýmkoľvek iným činnostiam.

Nezabúdajte, že katetrizácia je len iný spôsob, ako vypustiť moč z močového mechúra, čo musí robiť každý človek.



ČASTO KLADENÉ OTÁZKY

Kde by som sa mal(a) katetrizovať?

Kdekoľvek, kde budete mať súkromie, pokoj a možnosť sa umyť. Väčšina ľudí na to využíva toaletu.

Čo keď budem chcieť odcestovať na dovolenku?

Ak sa chystáte cestovať do cudziny, môžete svojho lekára požiadať o správu, v ktorej bude uvedené, že vykonávate katetrizáciu a nosíte so sebou katétre.

Uistite sa, že so sebou máte dostatok katéetrov. Buďte pripravení aj na to, že môžete čakať dlho na letisku alebo že sa vám môže stratiť batožina.

Pri cestovaní nemusí byť vždy v dosahu toaleta, preto vám odporúčame používať Actreen® Hi-lite set, Actreen® Miniset a Actreen® Glyc set, ktoré umožňujú katetrizáciu na rôznych miestach.

Môžem dostať infekciu?

Infekcia môže vzniknúť veľmi ľahko. Preto je dôležité, aby ste si vždy dôkladne umývali ruky a pri katetrizácii boli opatrní. Keď si na katetrizáciu zvyknete, bude menej pravdepodobné, že by ste infekciu dostali.

Ako zistím, že mám infekciu?

Pri infekcii sa najčastejšie objavuje:

- zápachajúci, zakalený moč,
- samovoľný únik moču v období medzi cievkovaním,
- bolesti v chrbte,
- pocit únavy a zvýšená teplota,
- častejšie nutkanie na močenie,
- prítomnosť krvi v moči.

Ak sa u vás vyskytne niektorý z týchto príznakov, kontaktujte svojho lekára. Budete musieť priniesť vzorku moču na vyšetrenie. Na získanie vzorky musíte použiť nový katéter a vypustiť menšie množstvo moču do fľaštičky alebo skúmavky. V prípade infekcie budete možno musieť užívať antibiotiká. Tie infekciu vyliečia a budete sa cítiť oveľa lepšie.

Nezabúdajte, že infekcii najlepšie predídete tak, že budete veľa piť a pri katetrizácii čo najdôkladnejšie dodržiavať hygienu.

Ak mávate niektoré z vyššie uvedených ťažkostí opakovane, môžete použiť preplachovací roztok na močové katétre Uro-tainer®. Roztok znižuje riziko vzniku infekcie v močovom mechúre tým, že odstraňuje hlien, bunkovú drť a krvné zrazeniny, ktoré sú živnou pôdou pre baktérie.

Vzniku infekcie môžete predchádzať:

- katetrizáciou v pravidelných intervaloch,
- dostatočným a pravidelným príjmom tekutín – znižovať riziko infekcie môže tiež pitie brusnicového nápoja,
- nepite väčšie množstvo Coca-Coly, čaju ani kávy; tieto nápoje obsahujú kofeín, ktorý dráždi močový mechúr, a moč potom môže unikať samovoľne aj mimo katetrizácie,
- dôkladne sa pred katetrizáciou umyte – môžete použiť napríklad vlhčené obrúsky,
- každý močový katéter použite vždy len raz,
- s katétrom manipulujte v ochrannom obale, vyvarujte sa priameho kontaktu.

Čo mám robiť, keď mám väčšiu spotrebu katétrov?

V niektorých situáciách môžete mať väčšiu spotrebu katétrov – v začiatkoch, než si močový mechúr zvykne na katetrizáciu, pri vyššom príjme tekutín, pri horúčke a pod. V týchto prípadoch sa obráťte na svojho lekára, ktorý vám v spolupráci s predajňou Zelená hviezda pomôže nájsť riešenie.

Koľko tekutín je potrebné za deň vypiť?

Lekár vám odporučí, aké množstvo tekutín by ste mali denne vypiť. Nezabúdajte, že keď je teplé počasie, môžete sa viac potiť, a budete preto potrebovať viac piť, aby ste doplnili tekutiny. Rovnaká situácia nastane pri športe alebo akejkolvek zvýšenej fyzickej záťaži. Viac tekutín musíte vypiť aj pri infekcii a horúčke.

Musím jesť nejaké zvláštne jedlo?

Nie, môžete jesť bežnú stravu. Mala by obsahovať dostatočné množstvo čerstvého ovocia a zeleniny, ktoré prospievajú vašmu telu a podporujú tiež pravidelnú stolicu. To je dôležité najmä pri autokatetrizácii. Nie je jednoduché vypúšťať si močový mechúr, ak trpíte zápchou. Nepite veľa nápojov s bublinkami ani s obsahom kofeínu.

Môžem sa katetrizovať pri menštruácii?

Áno, môžete, len musíte pri katetrizácii veľmi dôkladne dodržiavať hygienu. Niektoré ženy majú s katetrizáciou problém, ak majú zavedený tampón. Tampón si môžete pred katetrizáciou vybrať a potom si zaviesť nový.

Čo mám robiť, keď sa mi nedarí katéter zaviesť?

Ak taká situácia nastane, skúste sa uvoľniť a zostať chvíľku v pokoji – svaly potom povolia. Katéter môžete trochu vytiahnuť, zakašľať (uvoľníte tým svaly) a skúsiť to opatrne znovu. Môžete tiež počkať cca 10 až 15 minút. Ak to nepôjde ani potom, požiadajte o pomoc skôr, ako budete pociťovať veľmi nepríjemné nutkanie na močenie.

Čo ak nemôžem katéter vytiahnuť von?

Nič si z toho nerobte, chvíľu počkajte a skúste to znovu. Keď sa uvoľníte, pôjde to ľahšie. Aj zakašľanie môže vytiahnutie katétra uľahčiť. Nemajte obavy, katéter sa nemôže dostať nikam inam.

Čo ak je na katétri po vytiahnutí krv?

Niekedy sa na katétri alebo v toalete môžu objaviť drobné škvrnky od krvi. Ničoho sa neobávajte. Ak je však krvi viac, musíte to oznámiť ošetrojúcemu lekárovi.

Ako sa mám o katétre starať?

- Katétre majte doma uložené naplocho v pôvodnom obale, nevystavujte ich teplu a slnečnému žiareniu. Pri ceste mimo domova je možné katétre stočiť do kľbka a uložiť do batožiny. Nemusíte sa báť, že sa katéter poškodí – má tvarovú pamäť a po uvoľnení sa znovu vráti do pôvodného tvaru.
- Ak je obal katétra roztrhnutý alebo inak poškodený, nesmiete katéter použiť.
- Na obale je napísané, do akého dátumu je katéter použiteľný.
- Ak je dátum po expirácii, katéter nepoužívajte a vyhodte ho.

V prípade ďalších otázok kontaktujte:

Actreen Linka B. Braun

+421-910 123 449

Informačná linka pre katetrizujúcich sa pacientov

Prevádzka patientskej linky počas

pracovných dní v čase 9–16 hod.



Martin Ludrovský paralympijský medailista a reprezentant v stolnom tenise

Život Martina Ludrovského sa obrátil hore nohami v roku 2005. Bol automobilovým a motokrosovým pretekárom, a práve motokros sa mu stal osudným.

Po ťažkej nehode si musel začať zvykať na skutočnosť, že už nikdy nebude chodiť. Po dlhých mesiacoch strávených v nemocnici a v rehabilitačnom centre v Kováčovej sa začal zaujímať o cvičenie a začal na sebe pracovať.





„Zo všetkých strán som počul, že aj na vozíku sa dá plnohodnotne žiť, športovať, fungovať,“ spomína Martin. Keď začal hrať stolný tenis, bol spočiatku skeptický. Písal sa rok 2008 a o rok neskôr si už viezol zlatú medailu z majstrovstiev Európy družstiev z talianskeho Janova.

Po úspechu na majstrovstvách Európy nasledovala zlatá medaila na majstrovstvách sveta družstiev a zlato z olympiády v Londýne. Športovej kariére sa venuje naplno a kladie si čoraz vyššie ciele. V súčasnosti sa pripravuje už na svoju tretiu paralympiádu v Tokiu.

Šport, priateľka, rodina a jeho súčasní priatelia z radov vozičkárov sú celý jeho svet. *„Dnes viem, že naozajstní priatelia vás v ťažkých časoch neopúšťajú a rešpektujú vás takého, aký ste,“* uzatvára Martin.

ACTREENOVINY

Pre pacientov s retenciou moču sú tu ACTREENOVINY – zdroj podpory, informácií a zaujímavých tipov. Nájdete v nich novinky z oblasti močovej katetrizácie, patientské príbehy, rozhovory so zaujímavými ľuďmi i odborníkmi. Nepridate ani o reportáže z rôznych odborových akcií. Budeme pre vás neustále získavať informácie o aktuálnych možnostiach liečby. Všetko, čo potrebujete vedieť, nájdete práve v časopise ACTREENOVINY.



Ako ACTREENOVINY odoberať ?

Stačí nás kontaktovať na Actreen linke B. Braun +421-910 123 449
Staršie vydania časopisu nájdete tiež na actreen.sk

Cievkujete sa a hľadáte svojho urológa?

Sme radi, že vám môžeme predstaviť projekt urodynamických centier na Slovensku



Urodynamické centrá sú sieť kooperujúcich špecializovaných pracovísk, kde Vám odborný personál ponúka svoje služby v oblasti inkontinencie a čistej intermitentnej katetrizácie. Neoddeliteľnou súčasťou projektu je edukačná podpora centier a dôsledná edukácia pacienta na samocievkovanie, a to ako na teoretickej tak aj na praktickej úrovni.

Koncepcia projektu je odborné podporená Slovenskou urologickou spoločnosťou a vychádza z 25-ročných skúseností spoločnosti B. Braun Medical s.r.o. v Českej republike a Slovenskej republike na pozícii dodávateľa špičkových zdravotníckych technológií s ponukou komplexného sortimentu.



SME TU PRE VAŠE OTÁZKY A RADI VÁM PORADÍME S CIEVKOVANÍM



Actreen linka B. Braun +421-910 123 449

Informačná linka pre cievkujúcich sa pacientov. Prevádzka linky počas pracovných dní v čase 9–16 hod.



www.actreen.sk



ZELENÁ HVIEZDA

Váš dodávateľ zdravotníckych prostriedkov

www.zelenahviezda.sk

Actreen Linka B. Braun

+421-910 123 449

Informačná linka pre katetrizujúcich sa pacientov
Prevádzka patientskej linky počas
pracovných dní v čase 9–16 hod.

B. Braun Medical s.r.o. | Hlučinska 3 | 831 03 Bratislava | Slovenská republika
Tel. +421-2-638 38 920 | info@bbraun.sk | www.bbraun.sk