

NÄIN HOIDAT ITSEÄSI, KUN SINULLA ON VIRTSAKATETRI

Sinulle on asetettu virtsakatetri: merkki _____ nro _____ cc
pvm ____/____20__

Katetri tulee vaihtaa ____/____20__ terveyskeskuksessa tai hoitavassa sairaalassa: _____

Virtsakatetrin tarkoituksena on turvata virtsan esteetön kulku ulos virtsarakosta. Katetri on väliaikainen hoitomuoto. Katetri on yleensä silikonista. Lyhytaikaisemmassa hoidossa katetrin materiaalina voi olla myös kumi mikäli sinulla ei ole kumiallergiaa. Katetri pysyy paikoillaan natriumkloridiliuoksella tai steriilillä vedellä täytetyn pallongin avulla. Silikonikatetri vaihdetaan kolmen kuukauden välein ja kuminen katetri kolmen viikon välein. Vaihto voidaan tehdä terveyskeskuksessa.

Omahoito:

- Puhtaus on tärkeää. Pese kädet aina ennen ja jälkeen katetrin käsittelyn.
- Tee huolellinen alapesu vähintään kerran päivässä. Miesten tulee pestä myös esinahan alta. Peseytymiseen riittää pelkkä vesi.
- Vältä istumakylpyjä, uintia ja saunomista.
- Miehellä kestokatetri on hyvä kiinnittää ihoteipillä alavatsan ihoon, jolloin katetrin kivulias hankaus virtsaputkeen voidaan välttää. Naisella katetri voi olla vapaasti tai teipattuna reiden ihoon.
- Kestokatetri ja virtsankeräyspussi on suljettu järjestelmä, joka vähentää tulehdusriskiä. Katetri on liitettävä aina keräyspussiin tai hanakorkkiin. Hanakorkkia käytettäessä voit olla ilman virtsapussia. Rakko tyhjenetään avaamalla katetrin päässä oleva hana. Huolehdi rakon tyhjentämisestä riittävän usein. Yöksi voit yhdistää katetrin keräyspussiin.
- Katetripussi tyhjenetään sen pohjassa olevan hanan kautta. Katetripussi tulee tyhjentää säännöllisesti päivittäin.
- Virtsapussi on vaihdettava uuteen kerran viikossa. Käytetyn pussin voi hävittää tyhjänä talousjätteiden mukana.
- Keräyspussin ja muut katetritarvikkeet saat terveyskeskuksesta.
- Juo riittävästi, n. 1,5 - 2 litraa päivässä. Riittävä nesteensaanti on tärkeää, jotta katetri huuhtoutuu ja virtsa pysyy kirkkaana.
- Huolehdi sopivasta ruokavaliosta. Vältä ummetusta aiheuttavia ruokia.
- Pidä virtsapussi aina virtsarakkoa alempana.
- Kestokatetrin kanssa voit liikkua ja harrastaa normaalisti.

Mikäli sinulla on alla olevia ongelmia, ota yhteyttä omaan terveystieteeseen, työterveyshuoltoon, leikkausosastolle (06) 826 4637, kirurginen osasto 10 (06) 826 4310, kirurginen osasto 7 (06) 826 4303 tai yhteispäivystykseen 116117

- virtsa on sameaa tai pahanhajuista
- sinulla on kipuja
- virtsaa ei tule tai se vuotaa katetrin vierestä
- virtsa on veristä
- jos sinulle nousee kuume
- katetri tulee ulos tai se on mennyt poikki

Käy ohjeen mukaan katetrin vaihdossa ja virtsanäytteissä. Katetrin vaihto on tärkeää tulehduksen ehkäisemisen ja hoitamisen kannalta. Ollessasi estynyt, ilmoita asianomaiseen paikkaan mahdollisimman pian.

Muuta huomiotavaa: _____