

Bewahren Sie Ihre Selbstständigkeit.

| Informationen und Tipps zum
| Intermittierenden Katheterismus



**Ihr Spezialist und
HomeCare-Partner
rund um das Blasen-
und Darmmanagement.**

www.mpf-medical.de



Informationen und Tipps zum Intermittierenden Katheterismus

*In dieser Broschüre
finden Sie erste Informa-
tionen und Tipps, wie Sie
mit dem Intermittierenden
Katheterismus Ihre Selbst-
ständigkeit erhalten und Sie
(zurück) zu einem selbst-
bestimmten Leben finden.*

Der Intermittierende Katheterismus, kurz IK genannt, ist ein einfaches Verfahren zum Entleeren der Blase, das zu Hause, bei der Arbeit oder auf Reisen durchgeführt werden kann und Ihr Alltagsleben nicht einschränkt. IK kann als Selbstkatheterismus oder durch Fremdkatheterismus, also durch Pflegekräfte oder Angehörige, durchgeführt werden.

Ausführliche Informationen zum Intermittierenden Katheterismus erhalten Sie von Ihrem Arzt oder Ihrer medizinischen Fachkraft. In dieser Broschüre finden Sie erste Informationen und Tipps, wie Sie mit dem IK Ihre Selbstständigkeit erhalten und Sie (zurück) zu einem selbstbestimmten Leben finden. Für die konkrete Anleitung stehen Ihnen unsere examinierten Anwendungsberaterinnen gerne zur Seite.

Funktion der Harnblase

Gründe für eine Blasenfunktionsstörung

Der Blutkreislauf transportiert die Endprodukte (anfallende Giftstoffe) des Stoffwechsels zu den Nieren, wo sie aus dem Blut herausgefiltert und mit Wasser gemischt werden, wodurch Urin entsteht. Der Urin, ca. 1,5 - 2,0 Liter pro Tag, wird von den Nieren durch die Harnleiter zur Blase weitergeleitet.

Die Blase fungiert als Urinsammelbehälter. Während sie sich langsam mit Urin füllt, steigt der Druck in der Blase an. Hat Sie ein Füllvolumen von ca. 250 - 400 ml erreicht, senden die Dehnungsrezeptoren in der Blasenwand Signale an das Gehirn, dass es Zeit für eine Entleerung ist. Eine normal funktionierende Blase erhält daraufhin vom Gehirn Signale, die die Öffnung des Schließmuskels in der Harnröhre und die Kontraktion der Blasenwand einleiten. Dann fließt der Urin durch die Harnröhre aus der Blase ab.

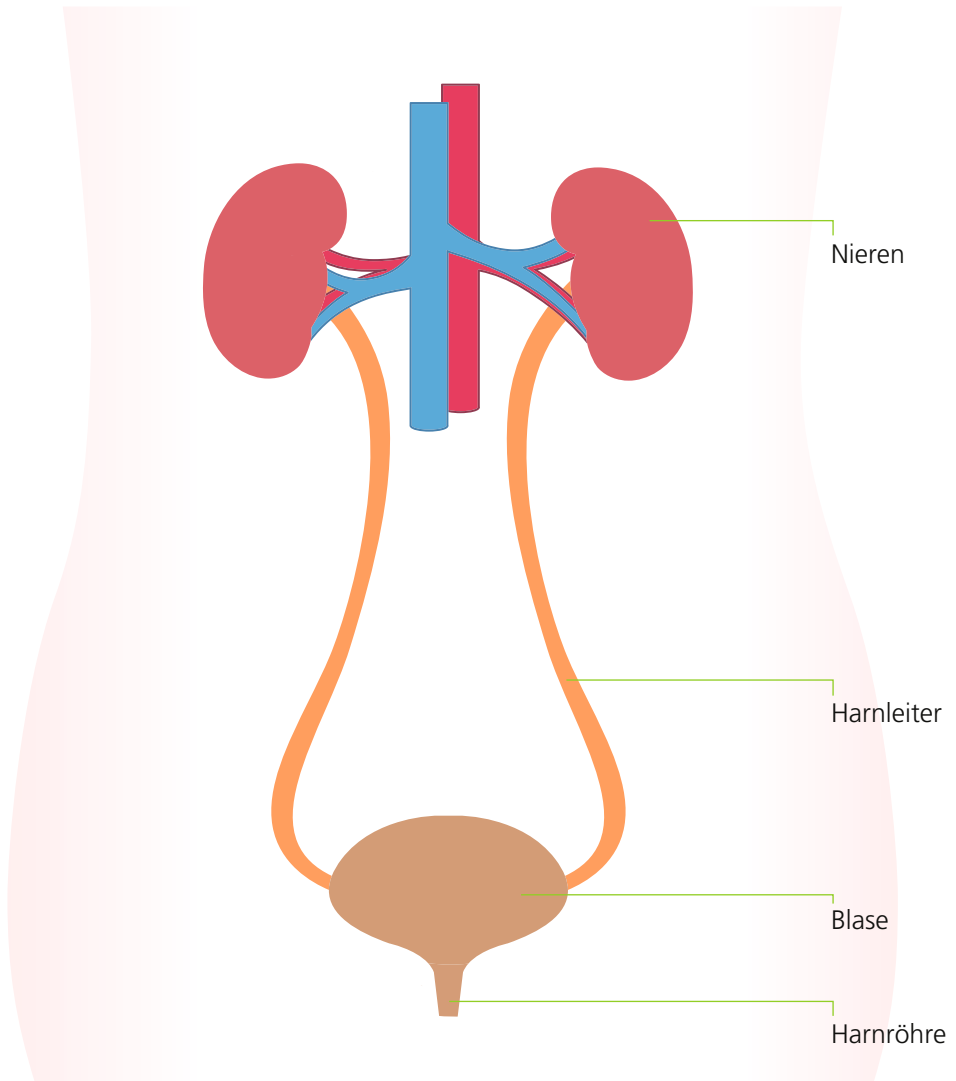
Bei der Frau ist die Harnröhre ca. 4 cm lang und verläuft von der Blase zum Harnröhrenausgang, der sich

zwischen Scheide (Vagina) und Klitoris befindet. Beim Mann hat die Harnröhre eine Länge von ca. 20 - 25 cm und verläuft von der Blase bis zur Penisspitze.

Im Durchschnitt wird die Blase fünf bis sechsmal täglich, oder wenn eine Füllmenge von 250 - 400 ml erreicht ist, entleert. Nachts verringert sich die Harnproduktion und man muss nicht so häufig Wasser lassen.

Normalerweise ist die Blase nach dem Wasserlassen so gut wie leer. Es kann jedoch vorkommen, dass der Entleerungsprozess nicht vollständig abgeschlossen wird und ein Rest Urin in der Blase zurückbleibt. Dieser Restharn bietet Bakterien ideale Bedingungen und kann zu Harnwegsinfektionen führen. Ist die vollständige Entleerung der Blase durch normales Wasserlassen nicht möglich, kann dies erfolgen, indem ein Katheter durch die Harnröhre in die Blase eingeführt wird. Der Katheter wird nach der Blasenentleerung wieder entfernt.

Der Urogenitaltrakt



Funktion der Harnblase

Gründe für eine Blasenfunktionsstörung

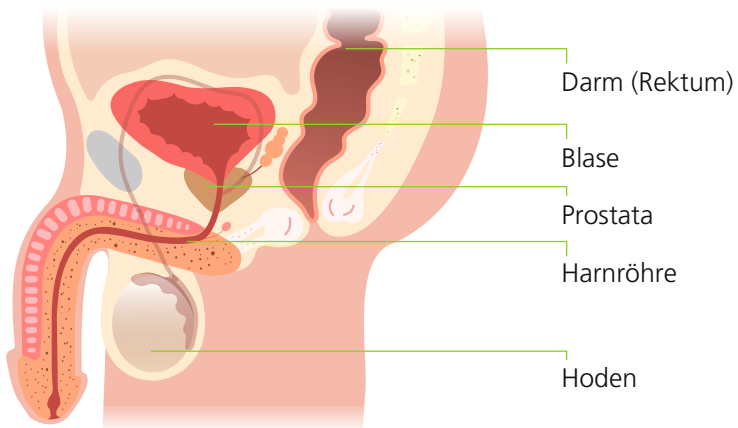
Der Intermittierende Katheterismus wird von den meisten Anwendern schnell erlernt. Die Anleitung zum Intermittierenden Selbstkatheterismus

erfolgt durch medizinisches Fachpersonal, das Unterweisungen und Ratschläge zur korrekten Anwendung und Risikominimierung anbietet.

Gründe, die zu einer Blasenfunktionsstörung führen können, sind unter anderem:

- » Nervenschäden, z.B. Rückenmarksverletzungen oder neurologische Erkrankungen wie Multiple Sklerose oder Parkinson
- » Verringerter Blasentonus
- » Rückenverletzungen
- » Operationen im Beckenbereich
- » Harnröhrenverschluss/-verengung
- » Probleme bei der Kommunikation zwischen Blase und Gehirn
- » Verstopfung

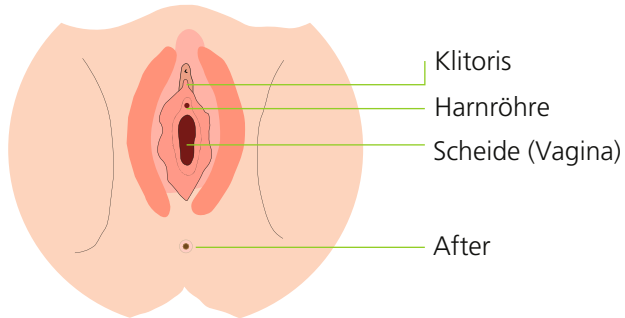
Urogenitaltrakt des Mannes



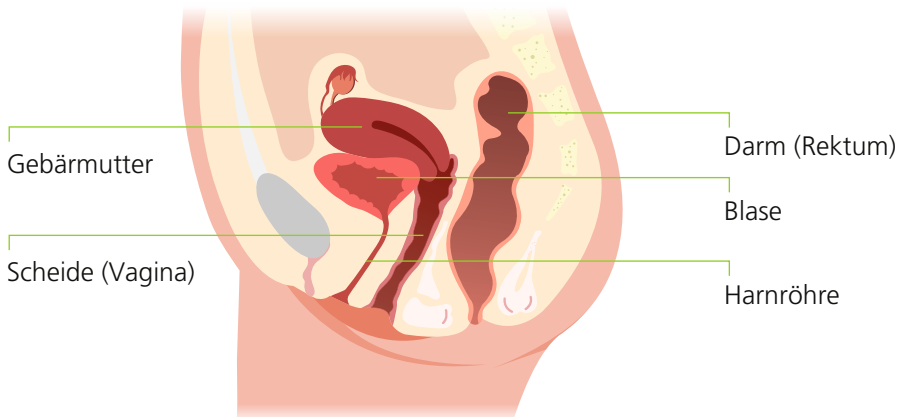
Schon gewusst?

Einer der Gründe, warum Frauen so häufig Blasenentzündungen haben ist, dass der Harnröhren- und Darmausgang bei Frauen von Natur aus näher zusammen liegt als bei Männern. Zudem ist die Harnröhre des Mannes bis zu 5 mal so lang wie die der Frau. Somit haben Bakterien einen längeren Weg in die Blase.

Anatomie der weiblichen Genitalien



Urogenitaltrakt der Frau



Häufig gestellte Fragen



Wie oft sollte ich katheterisieren?

Das hängt von Ihrer Flüssigkeitsaufnahme, der Menge Restharn, die abgeführt werden muss, und den Auswirkungen von Medikamenten, die Sie eventuell einnehmen müssen, ab. Es gibt Personen, die nur einmal am Tag katheterisieren müssen, bei anderen wiederum kann es bis zu sechs Mal und mehr am Tag erforderlich sein. Hier wird Ihr Arzt Sie entsprechend beraten.

Wie viel Flüssigkeit sollte ich trinken?

Sie sollten mindestens 1,5 Liter Flüssigkeit pro Tag zu sich nehmen.

Was soll ich tun, wenn ich den Katheter nicht einführen kann?

Entspannen Sie sich einige Minuten und versuchen Sie es dann noch einmal. Vielleicht sind Sie etwas ängstlich und Ihr Schließmuskel hat sich

verkrampft. Hier hilft Husten oder ein warmes Bad. Wenn Sie trotzdem noch Schwierigkeiten haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt bzw. Ihre medizinische Fachkraft.

Was soll ich tun, wenn ich Blut im Urin habe?

In einigen wenigen Fällen könnte es bedingt durch Schleimhautverletzungen in der Harnröhre zu leichten Blutungen kommen. Wenn die Blutungen anhalten, sollten Sie unverzüglich Ihren behandelnden Arzt kontaktieren.

Was soll ich tun, wenn ich den Katheter versehentlich in die Vagina (Scheide) eingeführt habe?

Entfernen Sie einfach den Katheter und entsorgen Sie ihn. Dann beginnen Sie noch einmal, wobei Sie natürlich einen neuen Katheter verwenden müssen.

Häufig gestellte Fragen



Kann ich ins Ausland reisen?

Ja. Bitten Sie Ihren Arzt um eine Bescheinigung, dass Sie aus medizinischen Gründen Katheter mit sich führen.

Ist der Intermittierende Katheterismus schmerzhaft?

Es ist zuerst etwas ungewohnt, sollte aber nicht wehtun. Bei manchen Personen ist die Harnröhre zuerst empfindlich, wenn sie beginnen, sich selbst zu katheterisieren. Fragen Sie Ihren Arzt oder Ihre medizinische Fachkraft um Rat, wenn sich dies nicht mit der Zeit legt.

Muss ich von nun an immer katheterisieren?

Das hängt von Ihrem Krankheitsbild ab. Manchmal ist der IK lediglich eine vorübergehende Maßnahme, bis die Blase wieder ihre normale Funktion

aufnimmt. Sie sollten Ihren Arzt über alle Veränderungen bei den Harnmenigen oder beim Wasserlassen informieren. Er wird dann darüber entscheiden, ob die Katheterisierung noch erforderlich ist oder ob die Häufigkeit geändert werden kann.

Was soll ich tun, wenn ich vergessen habe zu katheterisieren?

Holen Sie die Katheterisierung nach, sobald Sie merken, dass Sie sie vergessen haben. Dann fahren Sie im normalen Rhythmus fort. Beachten Sie, dass Sie die Blase vollständig entleeren müssen, um Restharn zu entfernen und das Infektionsrisiko zu senken. Wird der Druck auf Ihre Blase zu groß, besteht das Risiko eines Harnstaus zu den Nieren hin, was zu ernsthaften gesundheitlichen Problemen führen kann.



Tipps zum Intermittierenden Katheterismus

- » Um eine Verunreinigung des Katheters zu vermeiden, berühren Sie die Spitze und den Schaft bitte nicht mit den Fingern und lassen Sie sie nicht mit anderen Oberflächen in Kontakt kommen.
- » Sie sollten Ihre Blase auch während der Menstruation mit Hilfe des Katheters regelmäßig entleeren.
- » Beachten Sie, dass Ihr Katheter nur für den einmaligen Gebrauch bestimmt ist. Bitte entsorgen Sie ihn nach Verwendung in einen geeigneten Abfallbehälter.

Tipps zum Blasenmanagement

- » Ernähren Sie sich gesund und nehmen Sie mindestens 1,5 Liter Flüssigkeit pro Tag zu sich.
- » Fragen Sie Ihren Arzt um Rat, wenn Sie unter Verstopfung leiden, da dies zur Beeinträchtigung Ihrer Blasenfunktion führen kann.
- » Wird Ihr Urin trüb oder riecht unangenehm, oder verursacht das Wasserlassen ein brennendes oder unangenehmes Gefühl, erhöhen Sie Ihre Flüssigkeitsaufnahme und wenden Sie sich an Ihren Arzt, da dies Anzeichen für eine Harnwegsinfektion sein können.
- » Bei Fieber wenden Sie sich bitte sofort an Ihren Arzt.

Miktionsprotokoll

Um Sicherheit zu gewinnen, wie oft Sie Ihre Blase entleeren sollten, ist es ratsam, den Entleerungsvorgang der Harnblase (Miktion) zu dokumentieren. Ein Miktionsprotokoll dient zur Erfassung der Flüssigkeitsbilanz. Anhand der Aufzeichnungen kann der Arzt oder Ihre medizinische Fachkraft die Funktion Ihrer Harnblase gut einschätzen und bewerten.

Das Miktionsprotokoll sollte mindestens eine Woche oder in Abstimmung mit dem Arzt geführt werden, um die Aussagekraft der Ergebnisse zu gewährleisten.

Miktionsprotokoll

Uhrzeit	Trinkmenge (ml)	Harnmenge (ml)	Harndrang ¹⁾ ja/nein	Einnässen ²⁾ Schweregrad
00-01				
01-02				
02-03				
03-04				
04-05				
05-06				
06-07				
07-08				
08-09				
09-10				
10-11				
11-12				
12-13				
13-14				
14-15				
15-16				
16-17				
17-18				
18-19				
19-20				
20-21				
21-22				
22-23				
23-24				
Gesamt				

1) Schweregrad des Harndrangs:

x = schwach

xx = normal

xxx = stark, unkontrollierbar

2) Schweregrad des Einnässens:

x = wenige Tropfen

xx = feucht

xxx = nass

Die MPF hat sich seit 2005 zu einem bundesweiten Spezialisten und HomeCare-Partner für die Patientenversorgung rund um das Blasen- und Darmmanagement sowie onkologischer Medizinprodukte entwickelt.

Examierte Anwendungs- und Medizinprodukteberater*innen engagieren sich bundesweit für eine bestmögliche Patientenversorgung rund um das ...

- » Blasenmanagement – Intermittierender Katheterismus, transurethrale und suprapubische Dauerkatheter, Urindrainagesysteme und -beutel sowie Haltesysteme, Urinkondome
- » Darmmanagement – Transanale Irrigation, Analtampons
- » Onkologische Versorgung zur Karzinomdiagnostik und Applikationshilfen – Biopsienadeln, Portnadeln

Mit einer hohen Produktqualität, kompetenter Beratung und Einweisung sowie einem umfassenden Serviceangebot kümmert sich die MPF in engem Austausch mit Arztpraxen, Pflegeeinrichtungen und Angehörigen um eine bestmögliche Versorgung der Betroffenen.

Am Unternehmenssitz in Wees bei Flensburg sind unter anderem das Rezeptmanagement, der Kundenservice, das eigene Lager sowie das Produkt- und Qualitätsmanagement ansässig.

Unser umfassendes Komplett-Sortiment sowie alles weitere zu MPF finden Sie unter **www.mpf-medical.de**.

Gerne stellen wir Ihnen zur Erstausrüstung einige Muster zur Verfügung und unterstützen Sie bei Ihren ersten Schritten zum Selbstkatheterismus. Vereinbaren Sie gleich einen Termin.

Unser Kundenservice freut sich auf Ihren Anruf oder Ihre eMail.



Weiterführende
Informationen zum IK
finden Sie hier.

Birkstück 16
24999 Wees
Tel. 0461/406 862-0
Fax 0461/406 862-99
info@mpf-medical.de
www.mpf-medical.de