

# REN INTERMITTENT KATETERISERING

– för dig som är man

**LoFric®**

Blåstömningsproblem är något som kan drabba vem som helst, när som helst. Det här häftet är till för dig som har blåstömningsproblem och fått LoFric® som hjälp för att tömma blåsan.

Häftet med instruktioner är tänkt som komplement till det som du tidigare fått lära dig på sjukhuset. Det kan också användas som uppslagsbok. Under den första tiden kan situationer uppstå då det finns behov av att fräscha upp minnet av den inlärd kateteriseringsmetoden.

Ren Intermittent Kateterisering (RIK) – självkateterisering är en metod som hjälper dig hantera dina blåstömningsproblem. Det finns många fördelar med metoden. Den ger dig större frihet att styra din blåstömning själv, på ett rent och skonsamt sätt. Detta i sin tur önskar vi ska ge dig en bättre livssituation och öka din livskvalitet.



# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Vad är Ren Intermittent Kateterisering (RIK).....	4
Orsaker till blåstömningsproblem .....	5
Urinvägarna och hälsan.....	6
Mannens anatomi .....	7
Så här utför du RIK.....	8
LoFric – Valet du alltid kan lita på .....	10
Bra att veta om tappningskatetrar .....	11
Så här använder du LoFric.....	13
Så här använder du LoFric Origo .....	14
Så här använder du LoFric Hydro-Kit .....	16
Så här använder du LoFric Primo .....	17
Goda råd och tips .....	18
Berättelser ur verkliga livet.....	20
Hur kan RIK lösa dina problem? .....	21
Miljö och hållbarhet.....	22
Wellspect With You.....	23

# VAD ÄR REN INTERMITTENT KATETERISERING?

Ren Intermittent Kateterisering (RIK) är en metod som innebär att urinblåsan töms regelbundet med en engångskateter. Metoden är effektiv oavsett om problemet är att lagra eller tömma urin. Även om det kan kännas lite konstigt i början är det enkelt, säkert och det gör inte ont.

## Så här fungerar RIK

RIK innebär att en kateter regelbundet förs in i urinblåsan så att all urin rinner ut. Det hjälper urinblåsan att tömmas tom. När urinblåsan är tom tas katetern ut igen och kastas.

De flesta lär sig att kateterisera sig väldigt fort. Med lite träning tar det bara några minuter.<sup>1,2</sup>

Detta låter kanske lite skrämmande, svårt eller kanske bara obekvämt. Men precis som allting annat så ger övning färdighet. Tusentals män, kvinnor och barn runt om i världen självkateteriserar sig fyra till sex gånger per dag, varje dag. Deras erfarenhet är att det löser många av deras problem och gör livet mycket enklare.

## RIK är det bästa alternativet när blåstömning med kateter behövs.<sup>2,3</sup>

- Skyddar de nedre och övre urinvägarna från komplikationer.
- När urinblåsan töms tom minskar risken för urinvägsinfektion.
- Bättre livskvalitet genom att reducera inkontinens och täta trängningar.

# ORSAKER TILL BLÅSTÖMNINGSPROBLEM

Många sjukdomar och skador kan påverka urinvägarna och förmågan att tömma urinblåsan.

Symtomen kan variera och *delas in i två grupper, svårigheter att lagra och tömning av urin.*

*Svårighet i att lagra urin* kan innebära urinläckage eller täta trängningar. Svårighet med att tömma urinblåsan kan innebära att urinblåsan inte kan tömmas alls eller att den tömmer

ofullständigt. Det är inte helt ovanligt att man har störningar både med lagringen och att tömma urin.

För män är den vanligaste orsaken till att *inte kunna tömma urinblåsan* neurologisk sjukdom/skada eller förstorad prostata. När prostatan börjar växa, vilket den ofta gör när man blir äldre, kan den klämma åt om urinröret så att det kan bli svårt eller omöjligt att kissa.

## Några orsaker kan vara

- Förändringar i urinröret, exempelvis förstorad prostata.
- Förträngning i urinröret.
- Neurologisk sjukdom, t ex Multipel Skleros (MS).
- Otillräcklig kraft i blåsmuskeln.
- Komplikationer efter operation i underlivet.
- Skador/sjukdomar, t ex ryggmärgsskada.
- Medfödd missbildning, t ex ryggmärgsbråck.
- Diabetes.

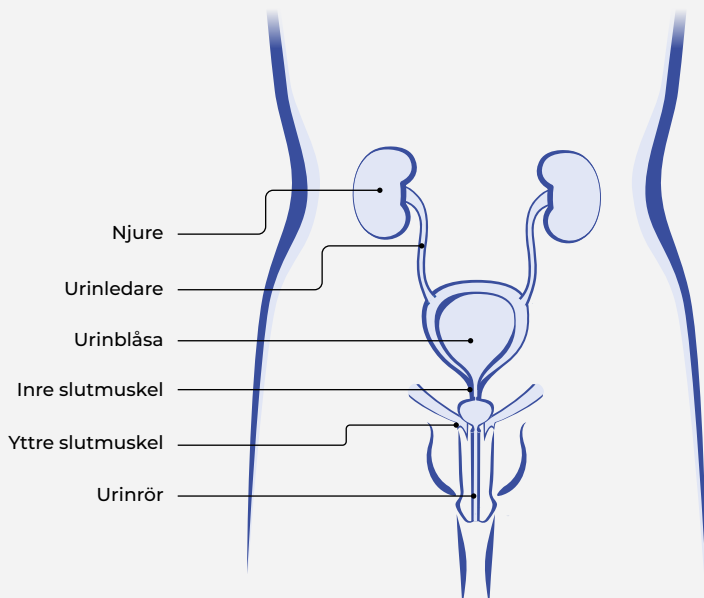
# URINVÄGARNA OCH HÄLSAN

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 kroppens salt och vattenbalans. Slaggprodukterna utsöndras av njurarna i form av urin. Urinen rinner sedan till urinblåsan som fungerar som en uppsamlingsreservoar. Själva blåsan är egentligen en stor muskel, som kan expandera och dra ihop sig.

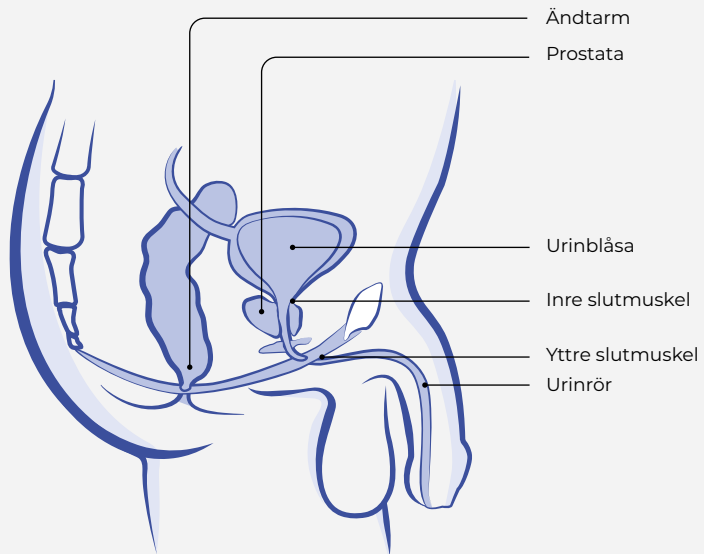
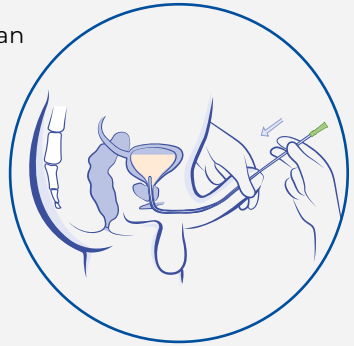
När den drar ihop sig pressas urinen ut i urinröret, men först måste urinen passera slutmuskeln. Det är en muskel

nedanför urinblåsan som fungerar som en säkerhetsventil, och antingen är den stängd eller öppen. När den är öppen kan urinen rinna ut och ner i toaletten. Urinblåsan ska tömma sig helt tom efter att du kissat. Mängden urin varierar mellan olika personer, men i regel kissar vi 200–400 ml per gång och 1–2 liter per dygn. Normalt så kissar vi 4–8 gånger per dygn.



# MANNENS ANATOMI

Mannens urinrör är 20–25 cm långt och S-format.  
När man för in katetern genom urinröret, rätar man ut S:et genom att dra penis lätt upp mot buken.



## Så här utför du RIK



①

Tvätta händerna med tvål och vatten, både innan och efter kateteriseringen. Vidrör så lite som möjligt efter du tvättat händerna innan du kateteriserar dig.



②

Lyft penis upp mot magen så att urinröret rätas ut. För långsamt in katetern i urinröret. När urinen börjar rinna, för då in katetern ytterligare ett par centimeter.



③

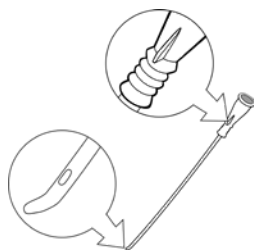
För ner penis i normalt läge, när urinen börjar rinna genom katetern.



④

När urinen har slutat att rinna dras katetern långsamt ut en liten bit. Om urinen börjar rinna igen vänta tills det upphör innan du drar ut katetern helt. Nu är urinblåsan helt tom.

## En Tiemann kateter med böjd tipp kräver en speciell teknik vid kateterisering.



①

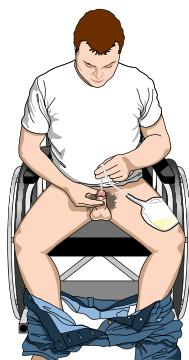
Notera var markeringen på konan befinner sig i förhållande till katetertippen när du för in katetern. Då säkerställer du att katetertippen har rätt riktning under kateteriseringen.



②

Se till att katetertippen är vänd upp mot buken vid införandet av katetern och under kateteriseringen.

## Hitta en lämplig ställning som passar dig, plocka fram de hjälpmedel som behövs



Sitter du i rullstol och kateteriserar dig kan en urinpåse eller LoFric Hydro-kit vara till hjälp.

Här används förlängningsslang direkt till toalettstolen för tömning. Ett tips så att slangen ligger still vid tömning är att placera den mellan porslinet och toaletteringen.

Scanna QR koden för att få mer information och se instruktionsfilmen om hur du utför RIK.



# LOFRIC - VALET DU ALLTID KAN LITA PÅ

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

## LoFric – det klassiska originalet

LoFric® är vår klassiska hydrofila låg-friktionskateter. LoFric behöver rent vatten för aktivering av den hydrofila ytan.

## LoFric Primo – vikbar kateter med steril saltlösning

LoFric® Primo™ är en hydrofil kateter förpackad med steril saltlösning. Katetern aktiveras när den ska användas. LoFric Primo kan vikas och blir enkel att ta med.

## 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 även två olika greppvänliga justerbara handtag för en mer hygienisk, stabil och säker kateterisering. Dessutom tre olika tippor som möjliggör RIK oavsett hinder i urinröret. Den är skonsam och säker att föra in och dra ut. Katetern är klar att användas omedelbart efter aktivering.

## 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 än är. Katetern är klar att användas omedelbart efter aktivering.



\*Gäller LoFric Primo, LoFric Origo och LoFric Hydro-Kit

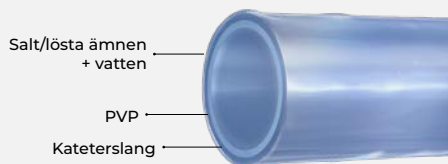
# BRA ATT VETA OM TAPPNINGSKATETRAR

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.



Nelaton Tiemann Flexible

## Katertertippar

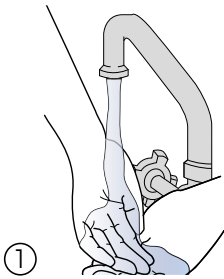
**Nelaton:** En rak kateter med rundad tipp. Lämplig för de flesta användare.

**Tiemann:** En rak kateter med lätt böjd tipp. Kan vara lämplig för män med en förträngning i urinröret exempelvis vid förstorad prostata.

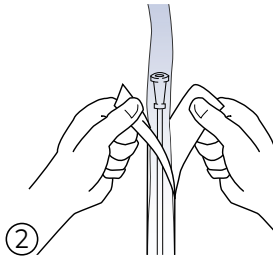
**Flexible:** En rak kateter med flexibel tipp kan upplevas enklare att föra in, om hindret i urinröret exempelvis är en förstorad prostata. Tippens form och flexibilitet gör att den glider lättare in genom urinröret.



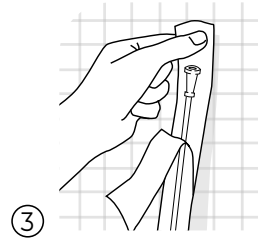
## Så här använder du LoFric



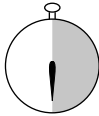
① Börja med att tvätta händerna med tvål och vatten.



② Öppna förpackningen genom att dra isär flikarna 5-6 cm. Fyll vatten direkt i förpackningen. Vanligt kranvatten går bra.



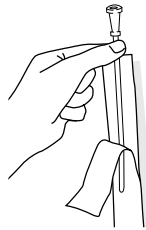
③ Förpackningen har en självhäftande flik. Avlägsna den blå skyddslappen och fäst förpackningen på lämplig torr yta.



**+30 sek**

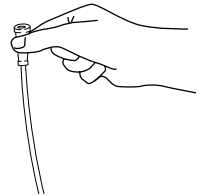
④

Låt katetern vätas i 30 sekunder medan du förbereder dig.



⑤

Efter 30 sekunder är katetern klar att användas.



⑥

Utför kateteriseringen enligt de instruktioner du fått. Efter användningen kastar du katetern i hushållsoporna.

## Så här använder du LoFric Origo



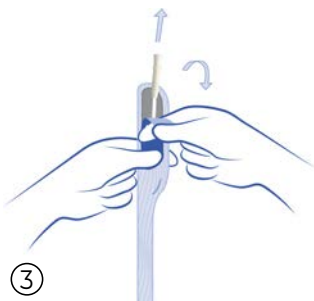
①

Tvätta händerna noggrant med tvål och vatten.



②

Tryck för att frigöra saltlösningen och katetern är klar att användas.  
(Valfritt: Använd den självhäftande fliken på baksidan för att fästa produkten på en torr, ren yta).



③

Dra ner remsan för att öppna förpackningen.



④

Justerbart handtag för bättre grepp och kontroll, utan att ta på katetern.



⑤

Sätt tillbaka katetern i förpackningen. Efter användningen kastar du katetern i hushållsoporna.

Scanna QR-koden för mer instruktioner om hur du använder LoFric Origo.



## Så här använder du LoFric Origo Sleeve



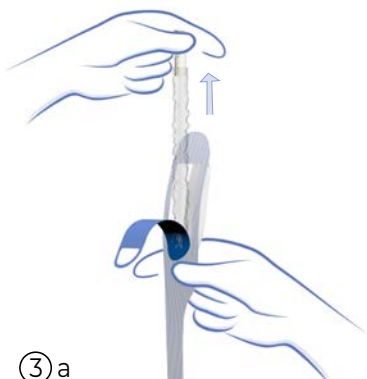
①

Tvätta händerna noggrant med tvål och vatten.



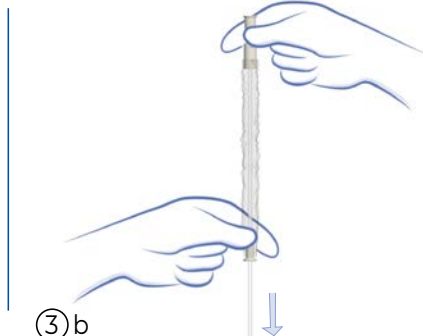
②

Tryck för att frigöra saltlösningen och katetern är klar att användas. Använd ögla för att dra ner och öppna. (Valfritt: Använd den självhäftande fliken på baksidan för att fästa produkten på en torr, ren yta).



③ a

**Alternativ (a):** Efter öppning, innan katetern tas ut, nyp och håll försiktigt i det flexibla greppet för att automatiskt dra ner skyddshöljet. Använd skyddshöljet för att kontrollera införandet utan att behöva vidröra kateterslangen.



③ b

**Alternativ (b):** Ta ut katetern. Dra ner skyddshöljet för att täcka kateterslangen. Använd skyddshöljet för att kontrollera införandet utan att behöva vidröra kateterslangen.

Scanna QR-koden  
för mer instruktioner  
om hur du använder  
LoFric Origo.

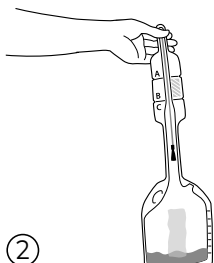


## Så här använder du LoFric Hydro-Kit



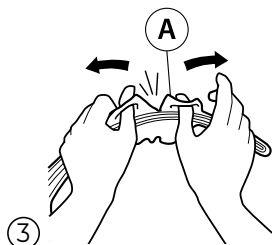
①

Håll förpackningen upprätt. Vik vattenpåsen och tryck. Låt saltlösningen rinna ner över katetern.



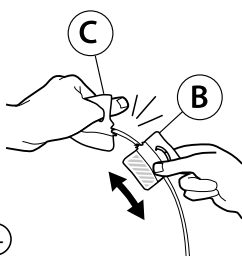
②

Vänd förpackningen och låt saltlösningen rinna ner i uppsamlingspåsen.



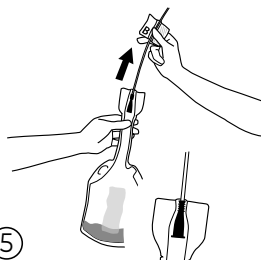
③

Använd öglorna vid markering A för att öppna förpackningen och frilägga kateterspetsen.



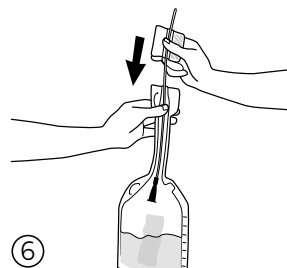
④

Använd öglorna vid markering B/C för att öppna. Använd del B som införingshjälpmedel.



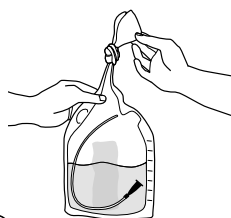
⑤

Dra försiktigt katetern ur förpackningen tills konnektorn stannar, för att tätta mellan katetern och uppsamlingspåsen. Kateterisera.



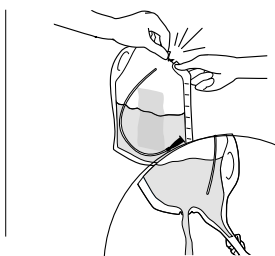
⑥

Tryck tillbaka katetern in i uppsamlingspåsen.



⑦

Innan du kasserar påsen, töm den genom halsen, eller knyt ihop och töm via öppningen på sidan. Du kan även knyta ihop och kassera hela påsen.



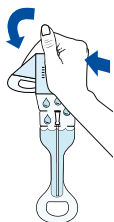
Scanna QR-koden för mer instruktioner om hur du använder LoFric Hydro-Kit.



# Så här använder du LoFric Primo

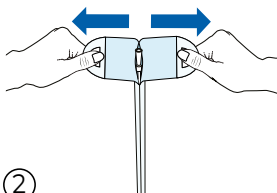
Katetern kan öppnas på två olika sätt – med eller utan införingshjälpmedel

## Öppningsalternativ 1



①

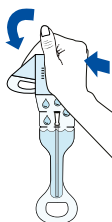
Vik och tryck ihop påsen med saltlösningen så saltlösningen rinner ner på katetern. Katetern är sedan klar att använda.



②

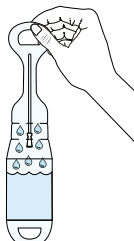
Dra isär förpackningen. Greppa öglorna på förpackningen ovanför vattenpåsen med båda händerna. Dra tills katetern visar sig. Klar att använda.

## Öppningsalternativ 2



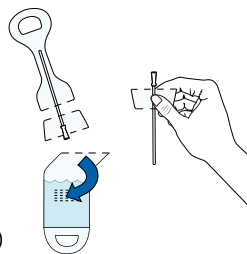
①

Vik och tryck ihop påsen med saltlösningen så saltlösningen rinner ner på katetern. Katetern är sedan klar att använda.



②

Vänd förpackningen upp och ner, så saltlösningen rinner tillbaka till vattenpåsen.



③

Ta bort vattenpåsen genom att riva av flik A. Tips! Riv halva vägen först, vänd förpackningen och riv av den andra halvan. Riv av flik B, på samma sätt som flik A. Använd den del som blir kvar som införingshjälpmedel.

Scanna QR-koden för mer instruktioner om hur du använder LoFric Primo.



# GODA RÅD & TIPS

## Dricka

Kroppen behöver i allmänhet 1,5–2 liter vätska dagligen. Vätskan gör att urinblåsan får en genomsköljning, vilket minskar risken för att få urinvägsinfektion.

## Sopsortering

- Transportemballaget sorteras som pappersförpackning.
- Kartongen katetrarna ligger i sorteras som pappersförpackning.
- Förpackningarna som:
  - LoFric Origo ligger i sorteras som plastförpackning.
  - LoFric (övriga) ligger i delas och sorteras som plastförpackning och pappersförpackning

Själva katetern ska sorteras som brännbart hushållsavfall eftersom den inte är en förpackning och har varit i kontakt med kroppsvätska i samband med kateteriseringen.

## Innan kateterisering

Försök alltid att kissa på vanligt sätt innan du startar kateteriseringen. Slappna av i bäckenbotten och försök att inte pressa med magmusklerna.

## Antal kateteriseringar

En uroterapeut/sjuksköterska ger dig råd om hur ofta du skall kateterisera dig, vanligtvis 4–6 ggr/dag. Detta varierar från person till person, beroende på blåsproblem, hur mycket du dricker, hur stor urinmängd du har, och om du kan kissa utan kateter. Som regel bör urinblåsan inte innehålla mer än 400 ml urin. För att undvika komplikationer är det viktigt att följa rekommendationerna vid upplärning.

## Töm tomt

Detta kan uppnås genom att ändra kroppsställning då katetern fortfarande är inne i urinblåsan. Dra långsamt ut katetern för att få med all urin, ha inte för bråttom.

Om det fortfarande finns urin i urinblåsan, är det större risk för att få urinvägsinfektion. Bäst tömning uppnås när du sitter eller står.

## Svårighet att föra in katetern

Om du är spänd när du skall kateterisera dig, kan slutmuskulaturen kring urinröret bli stram och göra det svårare att föra in katetern. Pressa inte in katetern. Hitta en bra ställning, hosta lite och slappna av. Försök att föra in katetern på nytt.

I början av behandlingen kan det förekomma blod i urinen eller på katetern. Detta är ofta orsakat av att urinröret är irriterat. Erfarenhet visar att detta snart går över, men kontakta din uroterapeut/sjuksköterska om du är osäker.

## Urinvägsinfektioner

Det är vanligt för personer som använder kateter att ha förhöjd bakterienivå i urinen. Om du har symtom på en urinvägsinfektion (UVI) – symtom som feber, smärta vid urintömning, täta trängningar, smärta i ryggen eller blod i urinen – kontakta läkare för vidare utredning. Det är viktigt att lämna urinprov vid misstanke om UVI för att du ska få rätt antibiotika. Likaså är det viktigt att äta antibiotika endast om du har symtom från urinvägarna och inte vid enbart förhöjda bakterievärden i urinen. Detta skyddar dig från elakare, resistenta bakterier.

## Vid resa

Ta med dina katetrar och hjälpmedel när du ska ut och resa. Att bagage kommer på avvägar vid flygresor är tyvärr inte ovanligt, förvara därför alltid katetrar för några dagar i handbagaget.

För att förenkla vid tullkontrollen kan du beställa ett hjälpmedels-intyg från din uroterapeut/sjuksköterska eller kontakta oss på Wellspect.

## God hygien

Underlivshygien rekommenderas en gång per dag. Använd med fördel handsprit innan du kateteriserar dig på en offentlig toalett.



Beställ reseintyg (hjälpmedelsintyg) på [wellspect.se](http://wellspect.se)

# BERÄTTELSE UR VERKLIGA LIVET

## ANVÄNDARE AV LOFRIC ORIGO, 82 ÅR:

"Jag kände av vissa besvär med att kasta vatten redan för många år sedan. Från början var symtomen diffusa såsom svag stråle och startsvårigheter. Men besvären tilltog med åren och blev alltmer uppenbara.

Jag fick ofta gå på toaletten och det var besvärligt när jag och min fru gick på bio eller teater. Jag fick vara noga med att besöka en toalett strax innan för att slippa resa mig mitt under föreställningen för att springa ut.

Min husläkare anade oråd när jag berättade att jag även kände ett tryck över buken. Han mätte resturininen och jag hade 600 ml kvar i urinblåsan! Efter att ha haft en ineliggande kateter en tid fick jag prova ut en tappningskateter. Först en kateter med rak spets men det gjorde ont

när jag fortsatte med självtappningen hemma. Då sökte Uroterapeuten fram en kateter med böjd spets (Tiemann-spets) i stället.

Kateteriseringen fungerar nu bra. Jag använder LoFric Primo i första hand men även LoFric Origo när jag är ute i naturen eller på resa. Att tillämpa RIK skiljer sig inte så mycket från ett normalt toalettbesök på annat sätt än att jag måste komma ihåg att alltid ha med mig katetrar förstås."

## ANVÄNDARE AV LOFRIC ORIGO OCH LOFRIC HYDRO-KIT

"De senaste 15 åren har jag dagligen använt mig av LoFric-produkter. Det gör att jag kan leva mitt liv utan att oroa mig för RIK - det fungerar bara!

Till vardags använder jag LoFric Origo med den diskreta förpackningen som gör katetrarna lätta att ta med. Som cyklist i danska landslaget reser jag ungefär 15 veckor per år till tävlings- och träningslägren utomlands. På dessa resor använder jag alltid LoFric Hydro-Kit.

Den integrerade lösningen med kateter och påse, plus en liten flaska handsprit gör det enkelt, säkert och hygieniskt att använda kateter på offentliga toaletter och på flygplan. Det samma gäller när jag har träningspass på cykeln i 5 timmar. Då är det viktigt att jag har en enkel och hygienisk lösning för RIK, och här är LoFric Hydro-Kit mitt förstahandsval."



## HUR KAN RIK LÖSA DINA PROBLEM?

### 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. Du slipper då att gå upp flera gånger under natten för att tömma urinblåsan, vilket ger bättre nattsömn. Likaså blir toalettbesöken färre under dagtid och du får mer tid över till annat.

### Förebygga urinläckage och täta trängningar

När du tömmer urinblåsan helt och regelbundet kan du undvika läckage och täta trängningar. En överfylld urinblåsa kan ge okontrollerat läckage. Om urinblåsan inte är fullständigt tömd så kan en liten mängd urin räcka innan du kan behöva gå på toaletten igen.

### Minska risken för urinvägsinfektioner

Risken för urinvägsinfektioner minskar om urinblåsan töms helt. För att förhindra urinvägsinfektioner bör man därför regelbundet tömma urinblåsan fullständigt.

### Återge urinblåsan dess funktion

Vid regelbunden tömning av urinblåsan går det ibland att få tillbaka en fullständig och funktionell tömning. Detta är inte möjligt för alla, men för en del och vid vissa sjukdomstillstånd kan det genom träning vara möjligt att uppnå.

### Spar tid

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

# MILJÖ OCH HÅLLBARHET

På Wellspect strävar vi efter att göra en verklig skillnad, nu och för framtiden. Vi vill att det vi gör skall öka välbefinnandet och livskvaliteten hos våra användare, men inte på bekostnad av planeten. Som tillverkare av engångsprodukter är vi medvetna om vårt stora ansvar. När vi utvecklar nya produkter, fokuserar vi på att minimera vårt klimatavtryck i processen.



## En grönare yta

Vi har förbättrat ytbeläggningsprocessen för LoFric i vår produktionsanläggning i Sverige\*.

Den nya processen förbrukar 98% mindre vatten och genererar en minimal mängd spillvatten. Den förbrukar också mindre kemikalier och använder 100% biobaserade och återvinningsbara lösningsmedel. Ytbeläggningen är kliniskt testad och validerad med samma höga kvalitet och säkerhet som tidigare.



## Världens första miljömärkta kateter\*

Svanen är det officiella nordiska miljömärket. För att beviljas Svanenmärkningen måste en produkt uppfylla strikta miljökrav. Dessa inkluderar bland annat begränsningar och förbud för olika typer av kemiska ämnen i både produktion och produkt.

Svanenmärkningen gör det enklare för användarna att göra ett bra miljöval när de väljer kateter.



3098 0002

\* Gäller LoFric Elle, LoFric Sense, LoFric Hydro-Kit, LoFric Primo och LoFric Origo.

# WELLSPECT WITH YOU

När du väljer Wellspect får du så mycket mer än bara produkter med hög kvalitet. Wellspect With You är vårt breda utbud av personlig support som ger dig råd och stöd, hela vägen.

Oavsett om du är den som själv använder våra produkter eller behöver hjälp åt en familjemedlem, kan du få snabb hjälp online, via telefon eller personligen. Vi har ett brett utbud av tjänster från personlig support och kundservice till träning och utbildning.

Genom Wellspect With You finns vi där när du behöver oss, men vårt verkliga mål är att hjälpa dig glömma dina bekymmer - och bara fortsätta leva.

Scanna QR koden för att läsa mer om Wellspect With You och se vårt utbud av tjänster.



Scanna QR koden för att läsa mer om WELLSPECT WITH YOU och se vårt utbud av tjänster.

## 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
- Se instruktionsfilmer
- Ta del av personliga berättelser

Allt detta och mer, hittar du på:  
[wellspect.se](https://wellspect.se)

### Kontakta oss

Vill du veta mer eller har frågor om LoFricoch vår support för användare, tveka inte att vända dig direkt till oss.

**Kundservice 031-376 40 20.**



Scanna QR koden för att läsa mer om våra produkter och tjänster.

## Referenser

1. Li L et al. Arch Phys Med Rehab. 2013;94:782-7.
2. Vahr S et al. EAUN guideline urethral intermittent catheterization. EAUN 2013.
3. Lamin E, Newman DK. Int Urol Nephrol. 2016;48(6):931-941.

På Wellspect utvecklar vi innovativa lösningar för kontinensvård som förbättrar livskvalitén för människor med blås- och tarmproblem. Vi vill inspirera våra användare till bättre självförtroende och självständighet samt till en god hälsa och välbefinnande. Vi har varit ledande inom industrin i 40 år med våra varumärken LoFric® och Navina™. Vår målsättning är alltid att minimera klimatavtrycket från våra produkter och vi strävar passionerat efter att bli klimatneutrala. Vi arbetar tätt tillsammans med användare och vårdpersonal för att förbättra våra produkter och tjänster på ett hållbart sätt, idag och för framtiden.

### Wellspect. En verklig skillnad.

För mer information om våra produkter och tjänster, besök [wellspect.se](https://wellspect.se).  
Följ oss också på Facebook och Instagram.

## wellspect.se

Wellspect HealthCare, Aminogatan 1, Box 14, 431 21 Mölndal. Telefonnummer: 031 376 40 00.

### LoFric



Manufacturer: Wellspect HealthCare, Aminogatan 1, P.O. Box 14, SE-431 21 Mölndal, Sweden.  
Phone: +46 31 376 40 00. [www.wellspect.com](https://www.wellspect.com)

