Wellspect
A REAL DIFFERENCE

URINVÄGARNA OCH TARMENS PÅVERKAN VID MULTIPEL SKLEROS, MS





Många patienter med MS-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 urinblåsa 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 i norden för er hjälp med faktagranskning.

WELLSPECT does not waive any right to its trademarks by not using the symbols ® or ™.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Urinvägarna

Hur fungerar urinvägarna när man har Multipel Skleros, MS?....4
Urinvägarna och hälsan....5
Urinvägsinfektioner....6
Hur får jag hjälp?....7
Behandling....8
Hur kan RIK lösa dina problem?....9
LoFric – Valet du alltid kan lita på....10
Bra att veta om tappningskatetrar....11
Berättelse ur verkliga livet....12

Tarmen

Hur fungerar tarmen när man har Multipel Skleros, MS?....14
Hur fungerar matsmältningskanalen?....15
Hur får jag hjälp?....16
Behandling....17
Vad är transanal irrigering (TAI)?....18
Navina – Ökad självständighet....20
Berättelse ur verkliga livet....21
Urinblåsan och tarmens påverkan....22

HUR FUNGERAR URINVÄGARNA NÄR MAN HAR MS?

Urinvägsproblem är väldigt vanligt när man har Multipel Skleros, MS. Ryggmärgen och hjärnan spelar en viktig roll för urinvägsproblemen när man har MS. När nerverna skadas, blir det svårare för signalerna att nå fram mellan hjärnan och den delen av ryggmärgen som kontrollerar urinvägarna. Symtomen från urinblåsan är beroende på var skadan sitter.

Besvären består ofta i att det är svårt att hålla sig när man känner kissnödighet, att kissnödigheten kommer tätare än vanligt men också att det kan vara svårt att kissa när man vill. Urinvägarna har samma nervförsörjning som tarmen, vilket betyder att den också kan påverkas. Om tarmen blir förstoppad kan detta påverka blåstömningsförmågan eller ge urinträngningar.

Man kan i stort sett dela in urinvägsproblemen i två grupper:

Trängningar med eller utan läckage

Du känner behov av att kissa ofta och du kissar relativt små mängder varje gång. I samband med träning kan det hända att man läcker urin. Trängningen orsakas av att urinblåsan är överaktiv.

Svårigheter att tömma urinblåsan

Detta kan ha två orsaker. Dels att urinblåsans muskel inte har tillräckligt med kraft för att tömma urinblåsan, dels att muskelfunktionerna inte koordineras tillräckligt väl. Det sistnämnda innebär att slutmuskeln inte slappnar av samtidigt som urinblåsan drar ihop sig. Det kan medföra svårigheter att komma igång att kissa, att urinstrålen blir svag eller avbruten. Dålig tömning av urinblåsan kan leda till besvär med urinläckage, tätare tömningsbehov, urinvägsinfektioner eller i sämsta fall njurpåverkan.

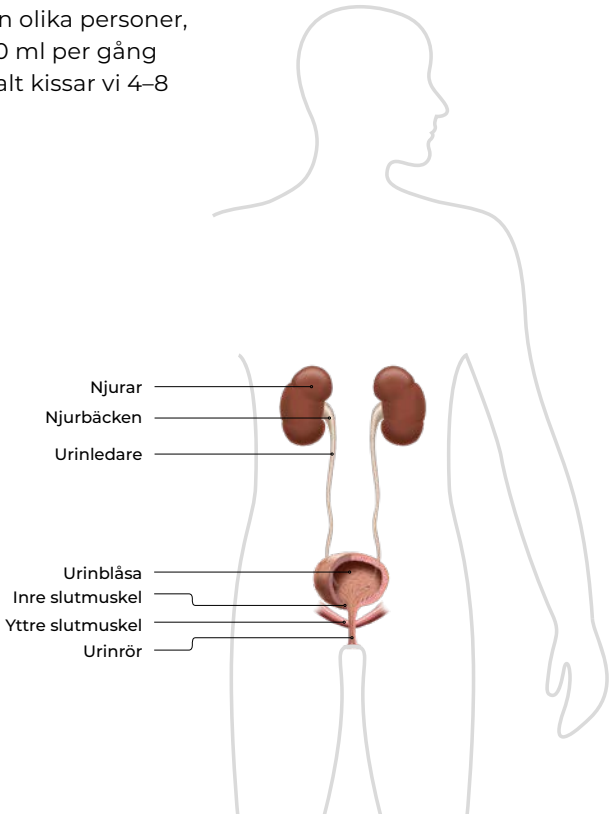
URINVÄGARNA OCH HÄLSAN

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

MS kan påverka blåstömningen, vilket gör att urinvägarna kan drabbas av komplikationer. 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. UVI med feber kan leda till s.k. pseudo-skov hos personer med MS. Det kan innebära en försämring av symtomen, dock inte bestående.

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 MS-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.



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.

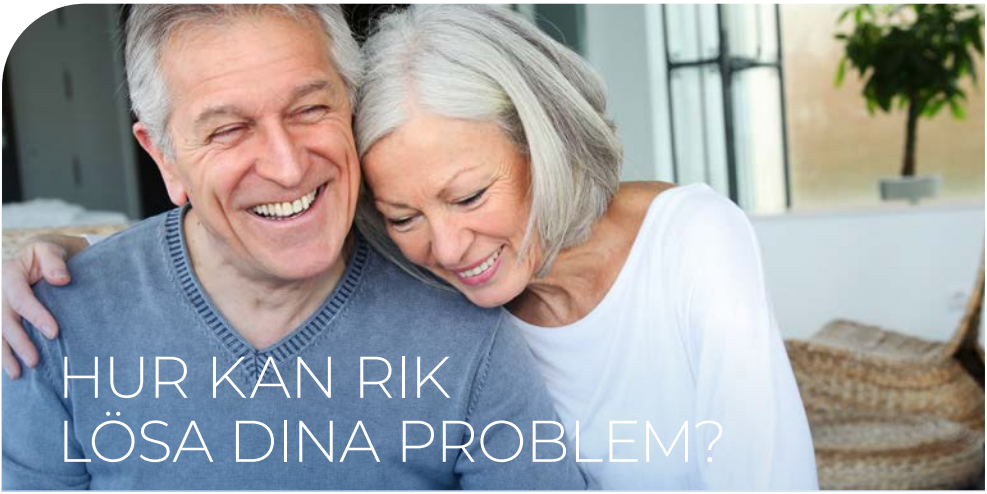
Det finns även läkemedel som sprutas in i blåsmuskulaturen, läkemedlet kan minska urinblåsans överaktivitet. Ibland behöver man kateterisera sig efter behandlingen, eftersom läkemedlet är så effektivt att urinblåsans muskel inte kan dra ihop sig för att tömma urinblåsan.

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.

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



HUR KAN RIK LÖSA DINA PROBLEM?

Så här fungerar Ren Intermittent Kateteriserng (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. 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 fick-format 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 skräddarsydd 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 salt-lösning 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 nattsömnen 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.”



HUR FUNGERAR TARMEN NÄR MAN HAR MS?

Matsmältningskanalen styrs av nervsystemet som sänder signaler via ryggmärgen och hjärnan.

MS är en neurologisk sjukdom som kan skada nervbanorna mellan hjärnan och ryggmärgen till tarmarna. Detta kan leda till olika tarmproblem beroende på vilka nervbanor som är påverkade och i vilken omfattning. Detta benämns som neurogen tarmdysfunktion.

Andra orsaker som påverkar tarmen vid MS är förändrad rörlighet till följd av funktionshinder, trötthet och/eller användning av läkemedel.

Neurogen tarmdysfunktion kan leda till förstoppning, avföringsläckage och/eller att det tar lång tid att få ut avföringen.

Förstoppning kan försvåra blås-tömningen och det har visats i studier att förstoppning kan leda till ökad frekvens av urinvägsinfektioner.

I stort sett kan man dela in tarmproblem i två olika grupper:

Förstoppning

Förstoppning är mycket vanligt om du har neurogen tarmdysfunktion. 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. Detta kan bero på att slutmuskeln inte slappnar av när avföringen är i ändtarmen och det är dags att tömma tarmen. Det medför att det tar lång tid att tömma tarmen och kan även orsaka hemorrojder som kan vara smärtsamma och lättblödande.

Avföringsläckage

Avföringsläckage, benämns också som avföringsinkontinens, vilket är ett annat vanligt besvär för personer med neurogen tarmdysfunktion. Det innebär att du förlorar kontrollen över tarmen och tömmer tarmen ofrivilligt. Det kan vara t.ex. ofrivilliga gaser, flytande eller fast avföring. Det kan också variera från att läcka små mängder avföring då och då till att du helt förlorar kontrollen över tarmtömningen. Förstoppning kan leda till läckage där lös/vattnig avföring passerar massan av hård avföring. Det är inte ovanligt att drabbas av båda dessa problem samtidigt.

HUR FUNGERAR MATSMÄLTNINGSKANALEN?

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

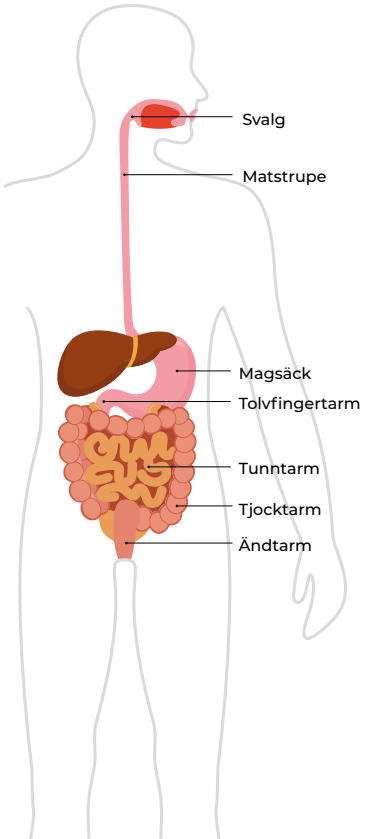
Så fungerar matsmältningskanalen

Efter att maten finfördelats i magsäcken, passerar den vidare genom tunntarmen, vars huvudsakliga funktion är att absorbera näring. Tarminnehållet förs sedan vidare in i tjocktarmen. Tjocktarmen tar emot en till två liter tarminnehåll varje dygn som stannar i tjocktarmen ett till tre dygn. En stor del av tarminnehållet består av vatten, rester av föda som inte brutits ner, salter och bakterier. Det mesta av vattnet sugs upp i tjocktarmen och avföringen får därför en fastare konsistens.

Tarmtömning

Avföringen transporteras med hjälp av tarmrörelser, så kallad peristaltik, till ändtarmen. När ändtarmen fylls med avföring skickas signaler till hjärnan och vi upplever behov av att tömma tarmen. Vilket leder till att slutmuskeln slappnar av och ändtarmsöppningen öppnas. Runt ändtarmsöppningen finns två slutmuskler, varav den ena kan styras med hjälp av viljan.

Det tar normalt en till tre dagar för maten att passera mag-tarmkanalen.



HUR FÅR JAG HJÄLP?

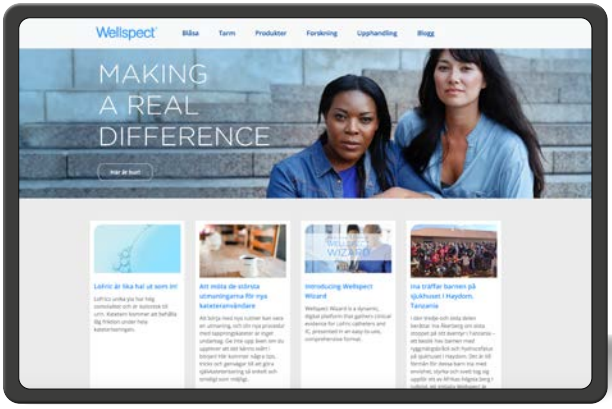
För att kunna bestämma vilken sorts behandling som passar dig bäst, måste du genomgå en utredning. Ta upp dina besvär med din vårdgivare, t.ex. husläkare, neurolog eller annan sjukvårdspersonal, för att få dina problem och behov kartlagda.

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 sjuksköterska 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.

Tömningsteknik
Att sitta på toaletten regelbundet en viss tid varje dag kan 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.

Tarmirrigering
Om ytterligare behandlingar behövs är nästa behandlingsalternativ tarmirrigering, benämns även transanal irrigering (TAI). Det är en metod för att effektivt tömma tarmen genom att föra in ljummet vatten i tjocktarmen, via en rektalkateter eller kona. Mängden vatten som ska användas beror på behoven. Om en liten mängd vatten används kan det hjälpa att få ut den sista avföringen och skölja rent den sista delen av ändtarmen. Om en större mängd vatten används stimuleras tarmens peristaltiska rörelser, vilket hjälper till att tömma en större del av tarmen från avföring och därmed minska antalet tarmrörelser och risken för avföringsläckage. TAI kan användas dagligen eller mer sällan. Denna behandling kan spara mycket tid och frustration när man inte får önskat resultat med de konservativa metoderna.

Kirurgi
Högre upp i pyramiden hittar du alternativ, såsom a[illegible]egrad irrigation, nervmodulering [illegible]kolostomi.

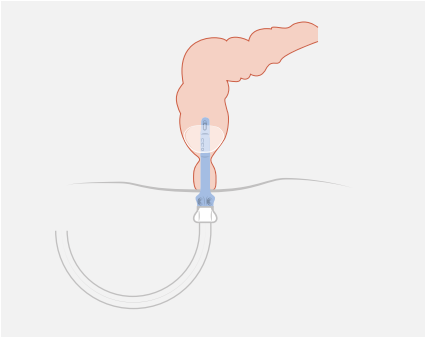


Behandlingspyramid

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.



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

Inga fler olyckor

När inlärningsperioden är avklarad och tarmen har vant sig vid TAI är målet att du ska ha utvecklat en tarmrutin där du undviker förstoppning och läckage. Syftet med TAI är att återställa en god och regelbunden tarmfunktion, så att du kan leva som vanligt.

Motivation och förväntningar

Till en början kan det kännas konstigt eller lite otäckt att använda TAI, och det kan ta ett tag att få ordning på proceduren. Eftersom magen och tarmarna är ett komplicerat system så behöver det tid att vänja sig vid nya rutiner. Men det kommer att löna sig i längden. Det är helt avgörande att du är motiverad och har tålamod. Var beredd på att det tar tid att förändra vanor, både mentalt och fysiskt, och att tarmen behöver tid att vänja sig vid de nya rutinerna. Det kan också ta lite tid innan du hittar dina optimala behandlings-parametrar, som vattenmängd och ballongstorlek.

Det är viktigt att du har realistiska förväntningar på hur TAI kan hjälpa dig och hur lång tid det tar att få tillfredsställande resultat. Räkna med att det tar 4–12 veckor att stabilisera tarmen och utveckla en bra, individuell tarmtömningsrutin.

Ge det lite tid. Det är det värt!

Utbildning är avgörande

Utbildning och individuell anpassning är avgörande för att lyckas bra med TAI och hålla fast vid metoden. Du måste först få lära dig och träna på hur man gör innan du börjar. Helst bör du ha stöd av sjukvårdspersonal första gången du utför en irrigering.

Fördelar med TAI

- Minskad risk för läckage
- Bättre kontroll över när och var
- Tömmer tarmen effektivt
- Spar tid och energi

NAVINA FÖR ÖKAD SJÄLVSTÄNDIGHET

TARMSKÖTSEL FÖR DIN VARDAG

Navina-produkterna är tåliga och robusta och gjorda för att hålla för daglig användning. Tarmskötsel är en känslig fråga, och användarna kan alltid vara trygga med att produkterna är säkra att använda.

Navina Classic – enkel och bekväm manuell hantering

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 – elektronisk hantering och personliga inställningar

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. Navina Smart har inbyggd säkerhet för maximal ballongstorlek, vattenvolym och vattenflödeshastighet. Efter att du har testat fram och sparat dina personliga inställningar behöver du bara trycka på start för att komma igång.

Navina Smart har en tillhörande App som blir en irrigeringsdagbok och kan hjälpa dig när du börjar med TAI.





BERÄTTELSE UR VERKLIGA LIVET

Användare av Navina

Jag blev diagnostiserad med Multipel Skleros (MS) 2003. För några år sedan märkte jag att min tarmfunktion började bli allt långsammare, ofta gick det 3–5 dagar mellan toalettbesöken. Det gjorde det svårt att styra toalettbesöken själv, vilket ledde till att jag bajsade ner mig vid flera tillfällen, både på jobbet och på stan. Detta kändes såklart väldigt pinsamt och jobbigt.

För att försöka få bukt med problemet testade jag flera läkemedel mot förstoppning, vilket resulterade i att min avföring blev lös och du kan ju tänka dig vad det ledde till – jo, ännu fler olyckor.

Vändningen kom när min fru fastade. Under fasteperioden var hon noga med att tömma tarmen varje dag. Då gick det upp ett ljus för mig och jag tänkte att jag skulle testa att tömma min tarm varje dag. Det var den bästa idén jag fått på länge. Jag googlade på MS och förstoppning, till min förvåning visade sig förstoppning vara ett vanligt symtom på MS. Jag kontaktade sjukvården som berättade om transanal irrigering (TAI) och blev introducerad i att använda Navina.

Nu tömmer jag tarmen med hjälp av Navina ungefär varannan dag, och visst tog det ett tag innan jag hade vant mig. Men nu kan jag leva ett aktivt liv precis som jag vill. Jag slipper ha svullen mage och stressen över att ha koll på var närmsta toalett finns när jag är utanför hemmet. Jag behöver inte längre oroa mig för att en olycka ska ske när jag är ute och campar med familjen eller när jag leker med min son. Nu kan jag göra det jag vill.



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 MS

Urininkontinens på grund av förstoppning.
Förstoppning kan framkalla urininkontinens och ge ökade urinträngningar på grund av mekaniskt tryck mot urinblåsan.

Neurologisk påverkan.
Blås- och tarmfunktionen fungerar neurologiskt på liknande sätt.

Läkemedelspåverkan.
Vissa läkemedel mot urinvägssymtom 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.

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.

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 Navina System 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 System samt våra supportprogram för användare, tveka inte att vända dig direkt till oss. Kundservice 031-376 40 20.

Wellspect®
A REAL DIFFERENCE

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 vårt initiativ Advancing Continence Care Together (ACCT), besök 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.

73027-SE-2022-05-13 © 2020 WELLSPECT All rights reserved

Navina irrigeringssystem

Användning
Navina Irrigeringssystem är avsett för Transanal Irrigering genom att tillföra vatten i nedre delen av tjocktarmen via en rektalkateter.

Indikationer
Navina Irrigeringssystem är avsedda för att hjälpa vuxna och barn från 3 år som lider av avföringsinkontinens, kronisk förstoppning och/eller tidskrävande tarmskötsel. Genom att tillföra vatten till nedre delen av tjocktarmen kan man stimulera de peristaltiska musklerna i tarmen till att tömma tjocktarmen och rektum.

Kontraindikationer
Använd INTE Navina Irrigeringssystem om något eller några av följande tillstånd gäller för dig:

- Känd anal eller kolorektal stenos
- Aktiv inflammatorisk tarmsjukdom.
- Akut divertikulit
- Kolorektal cancer
- Ischemisk kolit
- Genomgått anal eller kolorektal operation för mindre än tre månader sedan
- Genomgått endoskopisk polypektomi för mindre än 4 veckor sedan

Den här listan är inte nödvändigtvis fullständig, och därför tar sjukvårdspersonalen även ställning till användarens individuella omständigheter. Läs bruksanvisningen innan användning.

Symboler

Tillverkare:
Wellspect HealthCare,
Aminogatan 1, Box 14,
431 21 Mölndal, Sverige.
Tel: 031 376 40 00.
www.wellspect.com

CE
2797

℞ Only

LoFric

Tillverkare: Wellspect HealthCare, Aminogatan 1, Box 14, 431 21 Mölndal, Sverige.
Tel: 031 376 40 00. www.wellspect.se

CE ℞ Only