

Oppaasi:

Elämä Navina  
suolihuuhtelun kanssa -  
sinulle, jolla on suolen  
toimintahäiriö



**Navina**™

# HYVÄ LUKIJA

Tämän oppaan tarkoituksena on tukea sinua suolen toimintahäiriöön määrätyn Navina™ suolihuuhtelujärjestelmän ja suolihuuhteluhoidon käyttämisessä. Tavoitteenamme on tarjota sinulle enemmän tietoa suolen toiminnasta, saatavilla olevista hoitomuodoista ja erityisesti suolihuuhtelusta.

Uskomme, että suolihuuhtelu on hyvä vaihtoehto, koska olemme tavanneet monia ihmisiä, joiden jokapäiväistä elämää tämän hoitomuodon käyttäminen on parantanut. Suolihuuhtelun ansiosta he ovat saaneet takaisin itseluottamuksensa ja elämänhallintansa eikä suolen toimintaa tarvitse enää miettiä niin paljon.

Olemme keränneet tietoa ja näkemyksiä terveydenhuollon ammattilaisilta ja tutkijoilta. Olemme myös keskustelleet useiden käyttäjien kanssa heidän kokemuksistaan. Tähän oppaaseen on otettu mukaan yhden käyttäjän kertomus, mutta lisää kokemuksia ja muuta tietoa on saatavilla osoitteessa [wellspect.fi](http://wellspect.fi).

Toivomme, että tämä opas tarjoaa sinulle tietoa, näkemyksiä ja motivaatiota suolihuuhtelun aloittamiseen!

Beverley Collins  
Erikoissairaanhoitaja

# SISÄLTÖ

Elämä hallintaan suolihuuhtelun avulla .....	4-5
Ruoansulatuskanava .....	6
Entä, jos se ei toimi?.....	7
Olemassa olevat hoitomuodot.....	9
Suolihuuhtelun hyödyt .....	10
Suolihuuhtelun aloittaminen .....	11
Navina-suolihuuhtelujärjestelmä .....	12
Navina Smart .....	13
Navina Classic.....	14
Järjestelmän osat.....	15
Aloittaminen: katetri ja kartio.....	16-17
Sarahin kertomus .....	18-19
Navina-suolihuuhtelujärjestelmä: Tyypillisiä kysymyksiä .....	20
Suolen toiminnan päiväkirja .....	22- 23

“  
Tunnen  
itseni jälleen  
vapaaksi

“Minulla on täysi kontrolli, eikä minun tarvitse pelätä ikäviä yllätyksiä.”

Noah 49, Navina-suolihuuhtelujärjestelmän käyttäjä



# ELÄMÄ HALLINTAAN SUOLIHUUHTELUN AVULLA

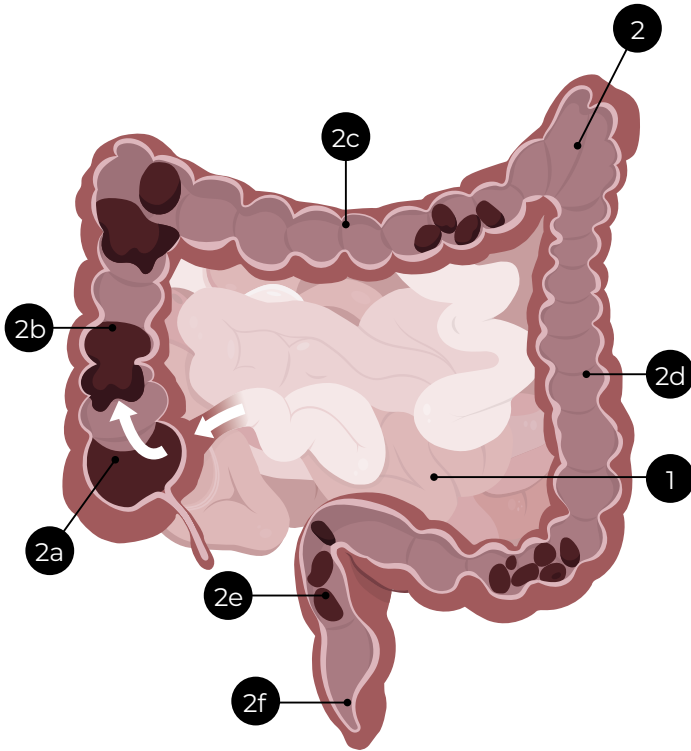
Suolisto-ongelmien kanssa eläminen on vaikeaa, sillä ne vaikuttavat elämääsi ja hyvinvointiisi. Et ole kuitenkaan yksin. Olemme tavanneet monia henkilöitä, joilla on suolen toimintahäiriöitä, ja monia, jotka ovat taistelleet aivan liian kauan ruokavalion ja ulostuslääkkeiden kanssa ilman toivottuja tuloksia.

Suolihuuhtelu on tehokas hoitomuoto monille, joilla on suolen toimintahäiriöitä. Suolihuuhtelu palauttaa terveellisen suolentoimitusrutiinin, minkä ansiosta voit taas itse päättää, milloin ja missä haluat käydä vessassa. Tämän myötä pelko vahingoista

häviää vähitellen, ja voit taas alkaa elää elämääsi ajattelematta jatkuvasti suolesi toimintaa ja WC-käyntitarvetta. Kun vatsa toimii, elämä sujuu.

Suolihuuhtelu voi kuitenkin aluksi tuntua oudolta tai arveluttavalta, ja tarvitaan ehkä muutama kokeilukerta, ennen kuin se sujuu ongelmitta. Koska vatsa ja ruoansulatuskanava on monimutkainen järjestelmä, se tarvitsee hieman aikaa tottuakseen uusiin rutiineihin. Pidemmän päälle se maksaa kuitenkin vaivan.

Toivomme, että tämä opas auttaa sinua matkan varrella.



1. Ohutsuoli

2. Paksusuoli

2a. Umpisuoli

2b. Nouseva paksusuoli

2c. Poikittainen paksusuoli

2d. Laskeva paksusuoli

2e. Peräsuoli

2f. Anaalikanava

## RUOANSULATUSKANAVA

Kun ruoka on sulanut vatsassa, se siirtyy ohutsuoleen, jonka tärkein tehtävä on ravinnon imeyttäminen. Sulatettu ruoka siirtyy paksusuoleen.

Paksusuoli imee suolat ja veden ja muuntaa loput ulosteeksi.

Paksusuolen läpikulku-aika on noin 1-3 päivää. Osa ulosteesta kerääntyy peräsuolen alaosaan. Peräsuoli laajenee ja aivoihin lähtee signaali ulostamistarpeesta, jolloin on aika tyhjentää suoli. Normaali ulostamistiheys on yleensä 3 kertaa päivässä tai kolmen päivän välein.

# MITÄ TAPAHTUU, JOS SUOLI EI TOIMI?

Suolisto-ongelmien syyt voivat vaihdella, mutta oireet ovat samat. Ummetus ja ulosteinkontinenssi ovat hankalia oireita ja paljon yleisempiä kuin monet luulevat.

Neurogeeninen suolen toimintahäiriö tarkoittaa, että syy on neurogeeninen, eli se johtuu keskushermoston sairaudesta tai vauriosta tai suolen toimintaa säätelevistä ääreishermoista.

Neurogeenisten suolen toimintahäiriöiden riskiä merkittävästi suurentavia sairauksia tai vammoja ovat esimerkiksi selkäydinvammat, MS-tauti, Parkinsonin tauti ja selkärankahalkio.

Koska samat hermot kontrolloivat virtsarakkoa, useilla neurogeenisista suolen toimintahäiriöistä kärsivillä on myös ongelmia virtsarakon kanssa.

On myös muita syitä, miksi suolisto ei toimi niin kuin sen pitäisi. Yksi näistä on lantionpohjan toimintahäiriö, esimerkiksi raskauksien ja synnytysten jälkeen.

Sinulla voi myös olla suolisto-ongelmia esimerkiksi peräsuolisyövän

leikkauksen jälkeen.

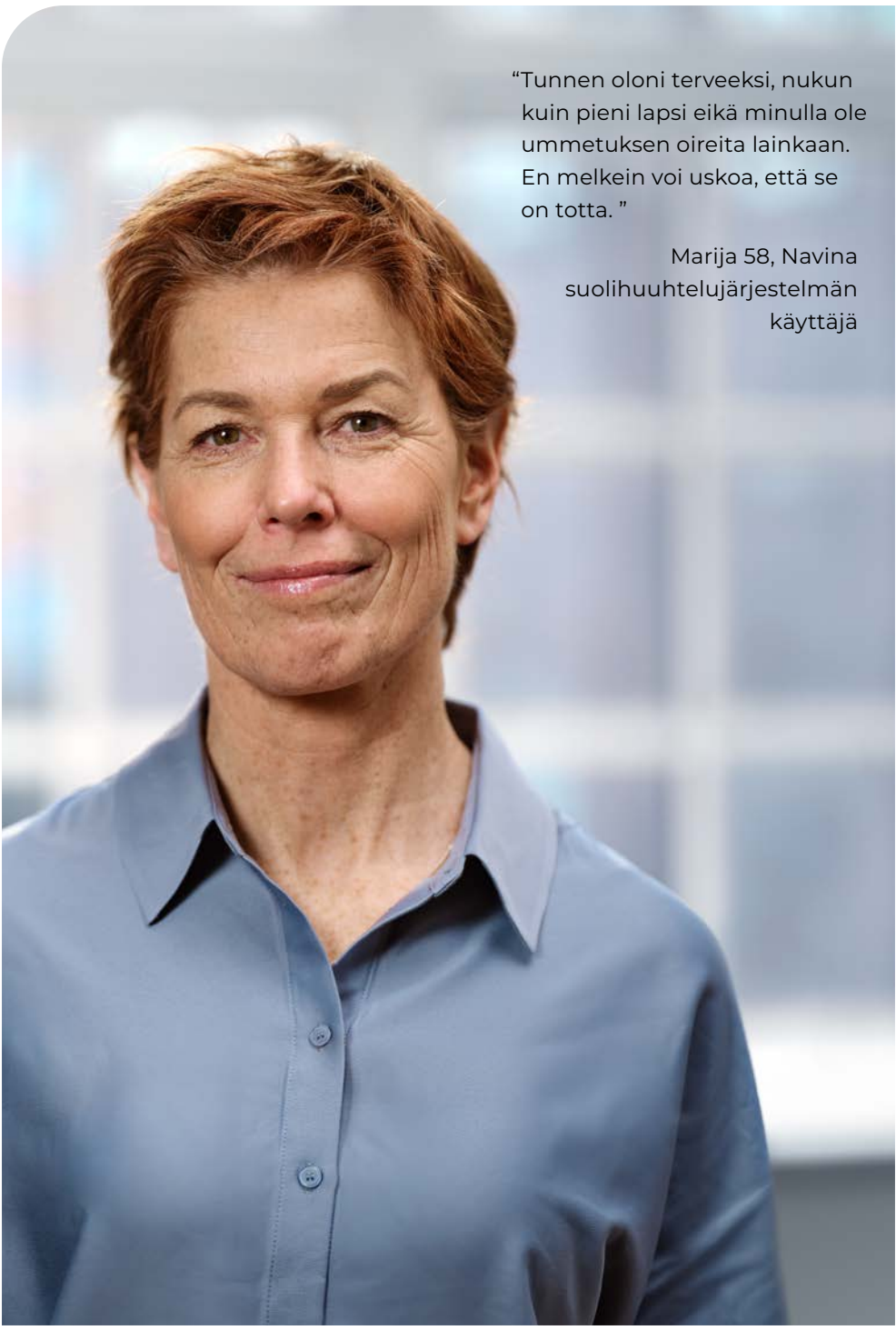
Joskus perimmäistä syytä ei löydy, tällöin vaivaa kutsutaan toiminnalliseksi suolen toimintahäiriöksi.

## Ummetus

Ummetus on erittäin yleistä. Ummetukselle on tyypillistä suolen liikkeiden vähäisyys ja epäsäännöllisyys, minkä seurauksena uloste on kovaa ja kuivaa ja ulostaminen hankalaa. Ummetus voi aiheuttaa suolen venymisen ja lihasten heikkenemisen ajan myötä.

## Ulosteinkontinenssi

Tilalle on ominaista ulosteen tahaton purkautuminen. Ummetus voi aiheuttaa inkontinenssia, kun vetinen uloste ohittaa kovan ulosteen ja vuotaa ulos.



“Tunnen oloni terveeksi, nukun  
kuin pieni lapsi eikä minulla ole  
ummetuksen oireita lainkaan.  
En melkein voi uskoa, että se  
on totta.”

Marija 58, Navina  
suolihuuhtelujärjestelmän  
käyttäjä

# OLEMASSA OLEVAT HOITOMUODOT

Suolen toimintahäiriötä voi hoitaa monin tavoin. Pyramidi kuvaa toimenpiteiden hierarkiaa, jossa monimutkaisuus, invasiivisuus, riski ja peruuttamattomuus kasvavat. Toimenpiteen valinta ei määräydy vain tietyn suolen toimintahäiriön vaan myös henkilön liikkuvuuden, käsien toiminnan, omatoimisuuden, kotiolojen ja tietenkin yksilön henkilökohtaisen mieltymyksen mukaan.

## Konservatiiviset menetelmät

Hoitopyramidin alaosassa ovat kaikkein konservatiivisimmat hoidot. Ruokavalion, liikunnan ja elintapojen muutokset ovat yleisimpiä, mutta myös laksatiiveja tai ummetuslääkkeitä, peräpuikkoja, biopalautehoitoa ja sormistimulointia tai ulosteiden poistamista sormin voidaan suositella. Monet yrittävät selviytyä näiden hoitomuotojen kanssa liian pitkään saamatta tyydyttäviä tuloksia.

## Suolihuuhtelu

Suolihuuhtelu on seuraava vaihe. Suolihuuhtelu on hoitomuoto, joka auttaa monia. Se on tehokas suolen tyhjennysmenetelmä, jossa paksusuoleen johdetaan vettä rektaalikatetrilla tai kartiolla. Tämä stimuloi suolen peristalttisia liikkeitä, jotta ulosteet lähtevät liikkeelle. Tämän hoitomuodon käyttö säästää paljon aikaa ja vähentää turhautuneisuutta silloin, kun muilla konservatiivisilla menetelmillä ei saavuteta toivottua tulosta.

## Kirurgiset menetelmät

Ylimpänä pyramidissa on kirurgisia vaihtoehtoja, kuten antegradiisen paksusuolen huuhtelun eri muodot, sähköstimulointi ja avanne.



## Suolihuuhtelu:

# MITKÄ OVAT HYÖDYT?

Suolen säännöllinen huuhtelu tyhjentää paksu- ja peräsuolen tehokkaasti.

Voit itse päättää, milloin ja missä haluat tyhjentää suolen.

Kun suolihuuhtelua on verrattu suolen hoitoon lääkkeillä, on todettu:

- vähemmän ummetusvaivoja
- vähemmän ulosteen karkailua
- oireisiin liittyvän elämänlaadun paraneminen

Muita suolihuuhtelun merkittäviä etuja ovat nopeus ja vaivattomuus sekä se, että se voi vähentää tarvetta hoitajan apuun suolen toimittamisessa.

## Ei enää ummetusta eikä ulostevahinkoja

Kun harjoittelujakso on ohi ja suoli on tottunut suolihuuhteluun, löydät oman huuhtelurutiini rytmin. Tämän jälkeen sinulle pitäisi olla muodostunut suolen toimittamisrutiini, joka ehkäisee sekä ummetusta että inkontinenssia.

Suolihuuhtelun tarkoitus on palauttaa hyvä ja säännöllinen suolen toiminta, jotta voit elää normaalisti.



# SUOLIHUUHTELUN ALOITTAMINEN

On tärkeää, että terveydenhuollon ammattilainen opastaa suolihuuhtelun suorittamisessa, ennen kuin aloittaa kotona. Lisäksi on hyödyllistä luoda rutiini huuhtelua varten. Yleensä suositellaan huuhtelua aamuisin tai iltaisin aterian jälkeen.

Suolihuuhtelu ei ole ainoa ratkaisu, suositeltua ruokavaliota on edelleen noudatettava sekä juotava riittävästi vettä.

## Suolihuuhtelun onnistuminen

Suolihuuhtelun onnistumiseen vaikuttavat seuraavat tekijät:

- motivaatio
- realistiset odotukset
- annetaan aikaa oppimiselle ja sopeutumiselle (aloitusjakso)

Suosittellemme kaikille huuhtelun aloittaville, että kannattaa valmistautua ja antaa aikaa sopeutua uusiin rutiineihin. Aseta realistinen aikataulu. Optimaalisen huuhtelurutiinin löytäminen ja tyydyttävän lopputuloksen saavuttaminen voi kestää useita viikkoja. Kun aloitusjakso on ohi ja olet löytänyt itsellesi sopivan rutiinin, voi riittää, että huuhtelet joka toinen päivä, mutta tämä on hyvin yksilöllistä. Kärsivällisyys palkitaan!



Navina-suolihuuhtelujärjestelmä:

# HELPPO JA INTUITIIVINEN KORKEAN VOLYYMIN HUUHTELU

Navina-suolihuuhtelujärjestelmä on helppokäyttöinen korkean volyymin huuhtelujärjestelmä. Käyttämällä Navina-suolihuuhtelujärjestelmää voit saavuttaa säännöllisen suolentoimittamisrutiinin ja hyötyä sen tuomasta vapaudesta.

Navina-suolihuuhtelujärjestelmä voi vähentää merkittävästi wc:ssä vietettyä aikaa, ummetuksesta huolehtimista ja ulostevahinkojen riskiä.

Kuten kaikki Navina-tuotteet, Navina-suolihuuhtelujärjestelmä on helppo oppia ja käyttää, sen suunnittelu on suoraviivaista ja intuitiivista. Mahdollisuus valita manuaalisen tai elektronisen ohjausyksikön välillä tarjoaa joustavuutta jokaisen erityistarpeisiin, riippumatta esimerkiksi käsien toimintakyvystä.



Navina Smart:

# INNOVATIIVINEN SUOLIHUUHTELU NAPIN PAINALLUKSELLA

Navina Smart on suunniteltu siten, että kaikki, myös lapset ja henkilöt, joilla on rajoittunut käsien toiminta, voivat saada tarkan, turvallisen ja kontrolloidun suolihuuhtelun vain napin painalluksella.

Navina Smart on helppo oppia ja käyttää. Siinä on sisäänrakennetut turvatoiminnot ja yksilölliset asetukset, jotka varmistavat, että huuhtelu on joka kerta samanlainen.

## Navina Smart -sovellus

Navina Smart -järjestelmään kuuluu sovellus, jonka avulla voit seurata ja tallentaa asetuksiasi ja edistymistä, jotta voit optimoida rutiinisi tai jakaa terveydenhuollon ammattilaisen kanssa. Kaikki tieto viimeisimmästä huuhtelusta, kuten ballongin koko, vesimäärä, veden virtausnopeus ja huuhteluaika on mahdollista siirtää Navina Smart -sovellukseen Bluetoothin välityksellä.



Navina Classic:

# SUOLIHUUHTELU TEHTY HELPOKSI

Navina Classic kehitettiin yhteistyössä käyttäjien ja terveydenhuollon ammattilaisten kanssa, ja sillä oli yksi tavoite: tehdä suolihuuhtelusta helppoa.

Manuaalinen ohjausyksikkö on intuitiivinen ja suoraviivainen, siinä on värikoodatut liittimet ja kuvaavat symbolit. Navina Classic on luotettava ja antaa sinulle hallinnan. Kaksi erillistä käsipumppua säätelee ballongin täyttämistä ja veden johtamista, joten voit manuaalisesti säätää tarpeidesi mukaan.



# Navina-suolihuuhtelujärjestelmä: JÄRJESTELMÄN OSAT



## Katetrit ja kartio

- Navina ballongi-katetreja on saatavana kahta kokoa: Regular koko aikuisille ja Small koko yli 3-vuotiaille lapsille.
- Navina ballongikatetrit ovat joustavia, ballonki tiivistää peräsuolen ja varmistaa, että katetri pysyy paikallaan.
- Kartion muotoinen katetri on suunniteltu helpottamaan asettamista ja minimoimaan vuodot. Saatavana myös yli 3-vuotiaille lapsille.
- Kaikki rektaalikatetrit on valmistettu pehmeästä ja joustavasta materiaalista, jossa on liukas hydrofiilinen pinta, joka helpottaa asettamista ja poistamista.

## Vesisäiliö

- Tukeva ja vakaa 1.5 litran säiliö, kuitenkin kokoonlaitettavissa pieneen tilaan silloin kun sitä ei käytetä.
- Kahden mitta-asteikon avulla on helppo seurata sekä täytettyä että johdettua vesimäärää.
- Kansi on suunniteltu helposti avattavaksi ja suljettavaksi myös rajoittuneella käsien toimivuudella.
- Käytännöllinen hihna vesisäiliön nostamiseen ja ripustamiseen.
- Integroitu kansi.



## Letkusetti

- Värikoodatut yhdistäjät kokoonpanon helpottamiseksi.
- Joustavat mutta tukevat vesi- ja ilmaletkut.
- Helppo puhdistaa.

Käytännöllinen Navina-laukku säilyttämistä ja matkustamista varten.



## Lisätarvikkeet

- Letkuun kiinnitettävät tarttumisrenkaat, jotka helpottavat käsittelyä.
- Kaulanauhan avulla ohjausyksikön voi ripustaa roikkumaan kaulan ympärille.
- Kiinnittimen hihnan avulla ohjausyksikön voi kiinnittää sopivaan kohtaan, esimerkiksi reiteen.

Navina-suolihuuhtelujärjestelmä:

# ALOITUS -NAVINA KATETRI

Huuhtelun valmistelut aloitetaan täyttämällä järjestelmän vesisäiliö kehonlämpöisellä vedellä. Yhdistä seuraavaksi vesisäiliö ja ohjausyksikkö vesisäiliön letkulla. Tarkemmat ohjeet löytyvät käyttöohjeesta.

Ennen kuin järjestelmää voi käyttää, letkut on tyhjennettävä ilmasta, täyttämällä ne vedellä ja katettrin hydrofiilinen (liukas) pinta aktivoitava vedellä.

Kun olet valmistellut järjestelmän, vie katetri peräsuoleen. Täytä ballonki joko elektronisesti Navina Smart -ohjausyksikön avulla tai manuaalisesti Navina Classic -ohjausyksiköllä.

Kun katetri on paikallaan aloitetaan veden johtaminen suoleen. Kun vettä on johdettu sopiva määrä tyhjennä ballonki ja poista katetri. Anna suolen tyhjentyä WC-pönttöön.

Ballongin koko ja johdettavan veden määrä päätetään yhdessä terveydenhuollon ammattilaisen kanssa.



# ALOITUS - NAVINA KARTIO

Huuhtelun valmistelut aloitetaan täyttämällä järjestelmän vesisäiliö kehonlämpöisellä vedellä. Yhdistä seuraavaksi vesisäiliö ja ohjausyksikkö vesisäiliön letkulla. Tarkemmat ohjeet löytyvät käyttöohjeesta.

Ennen kuin järjestelmää voi käyttää, letkut on tyhjennettävä ilmasta, täyttämällä ne vedellä ja kartion hydrofiilinen (liukas) pinta aktivoitava vedellä.

Kun kartio on paikallaan aloitetaan veden johtaminen suoleen. Kun vettä on johdettu sopiva määrä poista kartio.

Johdettavan veden määrä päätetään yhdessä terveydenhuollon ammattilaisen kanssa.

Poista kartio veden johtamisen jälkeen ja odota, kunnes suoli on tyhjentynyt.



## Säästä aikaa

Kun olet oppinut menetelmän ja kehosi on tottunut siihen, toimenpiteeseen menee aikaa vain 15 minuutista tuntiin.

# TAKAISIN ELÄMÄÄN

## SARAHIN KERTOMUS

“Kaikki alkoi vuonna 2015, kun eräänä aamuna herätessäni huomasin sotkeneeni sänkyni. Se oli kamalaa ja kiusallista, koska nukun yhdessä mieheni kanssa. Yritin selviytyä vaivani kanssa heräämällä aikaisin vaihtaakseni puhdasta ylleni ennen kuin mieheni heräsi mutta en aina onnistunut siinä.

Olin hämmentynyt tilanteestani. En voinut kertoa asiasta kenellekään. Enkä mielelläni halunnut lähteä ulos pelätessäni vahinkoja. Käytin vaippoja, laukussani oli aina varavaippa ja yhdessä vaiheessa kannoin mukani jopa

vaihtovaatteita. Lopulta lähdin lääkärin vastaanotolle. Sain vaivani hoitamiseksi useita vinkkejä, jotka eivät kuitenkaan tuntuneet toimivan minulle.”

### Ratkaisun löytäminen

“Minut ohjattiin St Georgen sairaalaan tapaamaan asiantuntijaa, joka lähetti minut stimulaatiohoitoon. Tämän vuoksi kävin klinikalla joka toinen viikko saamassa impulsseja peräaukon hermoihin - tällä yritettiin vahvistaa alueen lihaksia.

Hoito näytti toimivan, koska minulle sattui enää harvemmin



vahinkoja. Mutta hoito kesti vain joitakin viikkoja ja pian olin samassa tilanteessa, jossa olin ennen hoidon aloittamista.

Tuote-esittelijän avustuksella tutustuin suolihuuhteluun. Aluksi se näytti hämmentävältä, mutta toimenpide oli todella helppo omaksua. Olen löytänyt rutiinin ja suoritan aina suolihuuhtelun ennen kuin lähdän kotoa pitemmäksi aikaa.”

## Takaisin elämään

“Suolihuuhtelu on auttanut minua

myös ärtyvän suoleni hoidossa. Tunnen itseni varmemmaksi mennessäni ulos. Enää minun ei tarvitse kärsiä hiljaisuudessa.

Monilla ihmisillä on ulosteinkontinenssivaivoja eikä niiden kuuluisi olla salassapidettäviä asioita, jotka saavat olon tuntumaan kamalalta. Suolihuuhtelun avulla olen pystynyt säilyttämään itsenäisyyteeni, mikä on kaikkein tärkeintä itselleni”

# NAVINA-SUOLIHUUHTELU- JÄRJESTELMÄ: TYYPILLISIÄ KYSYMYKSIÄ

## – Kuinka usein minun on tehtävä toimenpide?

Alussa huuhtelu on hyvä tehdä päivittäin. Ensimmäisen 1-2 viikon jälkeen käyttäjät voivat harventaa tahtia ja huuhtelevat esimerkiksi joka toinen päivä.

## – Kauanko se kestää?

Useimmilla huuhtelu kestää 15-60 minuuttia.

## – Voinko tehdä sen itse?

Kyllä, useimmat voivat hoitaa huuhtelun itse.

## – Kuinka kauan minun on kokeiltava toimenpidettä, ennen kuin alkaa sujua?

Yleensä toimiva rutiini löytyy alkujakson, joidenkin viikkojen aikana.

## – Sattuuko se?

Jotkut ovat peloissaan ja huolissaan suolihuuhtelun aloittamisesta. Suolihuuhtelun ei pitäisi sattua. Liian kylmä vesi voi aiheuttaa vatsakramppeja. Veden lämpötilan pitäisi olla 36–38 °C.

## – Noudatin ohjetta mutta miksi ulostetta ei tullut ulos?

Vatsan hieronta, liikkuminen tai yksiminen voi auttaa vettä tulemaan ulos. Huuhteleminen puolisen tuntia syömisen tai juomisen jälkeen voi auttaa stimuloimaan suolen luonnollista toimintaa ja parantaa huuhtelun tulosta.

## – Voiko hanavettä käyttää?

Huuhtelemiseen käytetään kehonlämpöistä (36–38 °C) vettä. Jos vesi on juomakelpoista, sitä voi käyttää myös huuhteluun.

## – Tarvitseeko minun peseytyä huuhtelun jälkeen?

Joidenkin mielestä suihkussa käyminen huuhtelun jälkeen on miellyttävä tapa, mutta se ei ole tarpeen, jos pysyt puhtaana ja kuivana.

## – Entä ruokavalioni, voinko syödä ja juoda, mitä haluan?

Monipuolinen ruokavalio tekee hyvää ruoansulatukselle ja suolen terveydelle, ja sitä suositellaan kaikille. Aterioiden nauttiminen suunnilleen samaan aikaan joka päivä auttaa ruoansulatuskanavaa ja suolistoa luomaan rutiinin. Riittävä veden juominen ja nesteytyksen ylläpitäminen on myös tärkeää.

“Kun suolihuuhtelu on aloitettu,  
suolenhoitorutiineihin  
kuluu huomattavasti  
vähemmän aikaa verrattuna  
aiempiin konservatiivisiin  
hoitovaihtoehtoihin.”

Beverley Collins,  
RGN Erikoissairaanhoitaja

# SUOLEN TOIMINNAN PÄIVÄKIRJA

Kun aloitat Navina -suolihuuhtelun käytön, voi olla hyödyllistä käyttää suolen toiminnan päiväkirjaa tukena ja jonka avulla sekä sinä että terveydenhuollon ammattilainen voi seurata edistymistäsi.

Ennen aloittamista, arvioi pisteinä alla olevaan taulukkoon, kuinka paljon suolisto-ongelmasi häiritsevät sinua. Edistymisen myötä voit palata taulukkoon ja lisätä uuden pistemäärän 2 viikon, 1 kk ja 2 kk kuluttua.

Pvm.:		Pisteet:	
Pvm.:		Pisteet:	
Pvm.:		Pisteet:	
Pvm.:		Pisteet:	

0 \_\_\_\_\_ 10  
Ei lainkaan Vakava

## Kirjaa huuhtelusi

Aloittaessasi suolihuuhtelut, on tärkeää huuhdella joka päivä 5-14 päivän ajan (ellei terveydenhuollon ammattilainen toisin määrää) ja täyttää päiväkirja jokaisen huuhtelukerran jälkeen. Tämä auttaa myös terveydenhuollon ammattilaista mukauttamaan hoitoa tarvittaessa.

### Sinun suositusarvot:

Vesi- määrä	Ballongin koko

### Päiväkirjan täyttäminen

Täytä päivämäärä, kellonaika, käytetty vesimäärä ja arvioi kunkin huuhtelun tulos alla olevan asteikon avulla värittämällä tähdet. Voit myös lisätä kommentteja, esimerkiksi jos jouduit tekemään muutoksia, miltä se tuntui tai jos oli ongelmia.



1 tähti = huono, 3 tähteä = hyvä, 5 tähteä = erittäin hyvä

Päivä- määrä	Aika	Vesi- määrä	Tulos	Kommentit
			☆☆☆☆☆	
			☆☆☆☆☆	
			☆☆☆☆☆	
			☆☆☆☆☆	
			☆☆☆☆☆	
			☆☆☆☆☆	
			☆☆☆☆☆	
			☆☆☆☆☆	
			☆☆☆☆☆	



Me Wellspectillä kehitämme innovatiivisia kontinenssihoitoratkaisuja, jotka parantavat suolen ja rakon toimintahäiriöistä kärsivien elämänlaatua. Sen lisäksi, että tuotteemme edistävät käyttäjiensä terveyttä ja hyvinvointia, ne myös vahvistavat heidän itseluottamustaan ja riippumattomuuttaan. LoFric®- ja Navina™-tuotemerkkiemme ansiosta olemme olleet alan johtava valmistaja jo yli 40 vuoden ajan. Pyrimme aina minimoimaan tuotteidemme ympäristövaikutukset, ja intohimoisena tavoitteenamme on saavuttaa ilmastoneutraalius. Työskentelemme yhdessä tuotteidemme käyttäjien ja terveydenhuollon ammattilaisten kanssa parantaaksemme hoitotuloksia kestäväällä tavalla, nyt ja tulevaisuudessa.

Wellspect. A Real Difference.

Lisätietoja tuotteistamme ja palveluistamme saat verkkosivustolta Wellspect.fi.

Osallistu keskusteluun Facebookissa, Twitterissä, Instagramissa ja LinkedInissä.

wellspect.fi

Wellspect Oy,

Miestentie 9C, 02150 Espoo. Puh: 09 867 6160.

## Navina suolihuuhtelujärjestelmä

### Käyttötarkoitus

Navina suolihuuhtelujärjestelmä on tarkoitettu suolihuuhteluun, jossa vettä johdetaan rektaalikatetrin avulla paksusuolen alaosaan.

### Käyttöaiheet

Navina suolihuuhtelujärjestelmä on kehitetty auttamaan ulosteinkontinenssista, kroonisesta ummetuksesta ja/tai aikaa vievistä suolen toimittamisista kärsiviä aikuisia ja yli 3-vuotiaita lapsia. Johtamalla vettä paksusuolen alaosaan peristaltiset lihakset voidaan aktivoida, jolloin ne alkavat tyhjentää paksu- ja peräsuolta.

### Vasta-aiheet

ÄLÄ käytä Navina suolihuuhtelujärjestelmää, jos sinulla on yksi tai useita seuraavista vasta-aiheista:

- peräaukon tai paksu- ja peräsuolen ahtauma
- aktiivinen tulehduksellinen suolistotauti
- akuutti divertikuliitti
- paksu- ja peräsuolen syöpä
- iskeeminen koliitti
- aiempi peräaukon tai paksu- ja peräsuolen leikkaus alle 3 kuukautta sitten
- aiempi täyhystyksessä tehty polyypinpoistoleikkaus alle 4 viikkoa sitten
- olet raskaana

Koska luettelo ei välttämättä ole tyhjentävä, terveydenhuollon ammattilaiset ottavat aina huomioon myös yksilölliset tekijät. Lue käyttöohje ennen käyttöä.



Valmistaja:

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

