

Intermittierender Selbstkatheterismus

Informationen für ein gesundes Blasenmanagement





Komfort und Sicherheit gehören zusammen!

Liebe Leserinnen und Leser,

wussten Sie, dass Blasenfunktionsstörungen allein in Deutschland zum Alltag von sechs bis acht Millionen Menschen gehören? Viele von ihnen katheterisieren sich selbst und führen dadurch ein unabhängigeres und mobileres Leben. Das können Sie auch!

Intermittierender Selbstkatheterismus – das klingt zunächst kompliziert. Aber mit etwas Übung wird daraus schnell Routine. Wir wollen Sie dabei unterstützen!

In diesem Ratgeber finden Sie alle relevanten Informationen, wertvolle Tipps und anschauliche Anwendungsanleitungen, die Ihnen helfen, den intermittierenden Selbstkatheterismus Schritt für Schritt zu erlernen.

Erfahren Sie zudem mehr über die Ursachen von Blasenfunktionsstörungen und informieren Sie sich über die verschiedenen Kathetersysteme, um Ihre optimale Versorgung zu finden. Nutzen Sie den Ratgeber, um die unterschiedlichen Schritte bei der Katheterisierung zu verinnerlichen. Sie werden sehen, wie schnell Sie in der Lage sind, sich selbst zu versorgen, und somit mehr Lebensqualität und Unabhängigkeit gewinnen.

Freuen Sie sich auf eine interessante Lektüre!



Ihr Uwe Papenkordt
Coloplast GmbH, Medical Advisor



Inhalt

- 3 | **Vorwort**

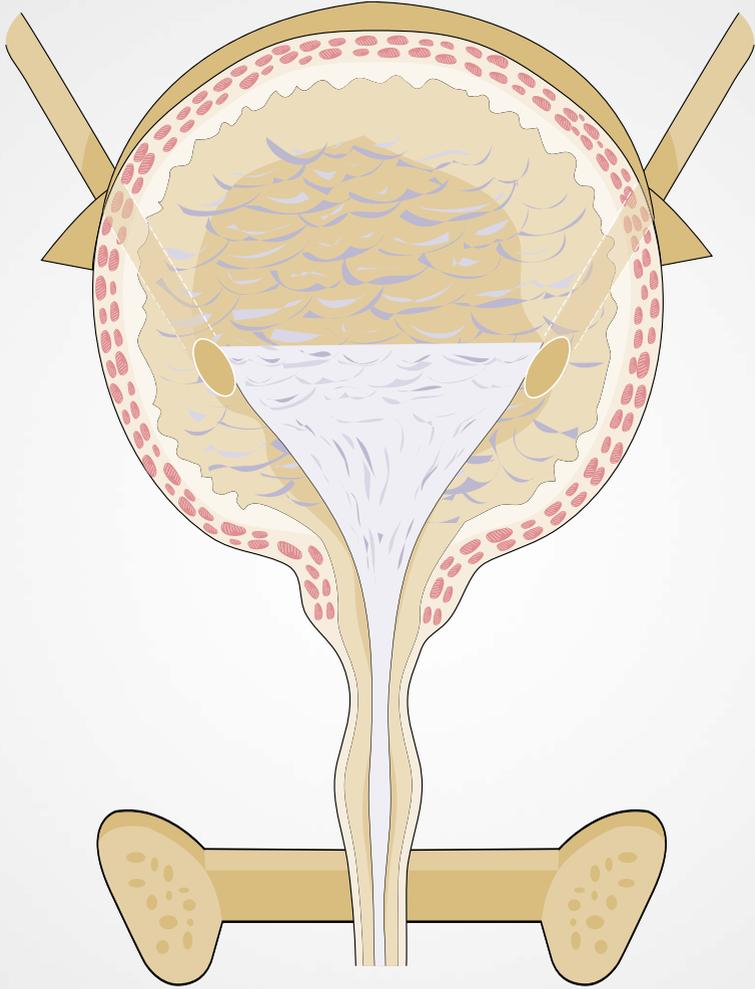
- 7 | **Aufbau und Funktion der Harnorgane**
- 7 | Die Nieren
- 7 | Die Harnblase
- 8 | Der weibliche Harntrakt
- 9 | Der männliche Harntrakt

- 10 | **Die Blasenfunktionsstörung**

- 13 | **Der intermittierende Selbstkatheterismus (ISK)**
- 14 | Mögliche Indikationen
- 14 | Voraussetzungen
- 15 | Frequenz
- 16 | Aufbau eines Katheters
- 22 | Katheterisieren für Frauen
- 26 | Katheterisieren für Männer
- 28 | Katheterisieren beim Pouch
- 30 | Grundsätzliches zum Katheterisieren
- 30 | Tipps rund ums Katheterisieren

- 33 | **Nützliche Hinweise**
- 33 | Katheterisierungstagebuch
- 35 | Darmmanagement bei neurologischen Erkrankungen und Querschnittlähmung
- 37 | Katheterisieren auf Reisen
- 40 | Katheterisieren und Partnerschaft
- 42 | Alltagshilfen
- 44 | Das richtige Rezept

- 46 | **Produktübersicht**
- 49 | **Coloplast ServiceTelefon**
- 50 | **Hilfreiche Kontakte**
- 52 | **Erklärung der Fachbegriffe**



Aufbau und Funktion der Harnorgane

Um die Ursachen der Blasenfunktionsstörung genauer verstehen zu können, ist es hilfreich, sich kurz mit Aufbau und Funktion von Nieren und Blase zu beschäftigen.

Zu den Ausscheidungsorganen des Menschen gehören die Nieren, die Harnblase sowie die ableitenden Harnwege, nämlich die Harnleiter zwischen Niere und Blase und die Harnröhre.

Die Nieren

Aufgabe der Nieren ist es, als eine Art Kläranlage des Organismus Stoffwechselprodukte auszuscheiden. Der fortlaufend produzierte Urin nimmt die Abfallprodukte auf und leitet sie über die Harnleiter in die Harnblase, wo er bis zur Ausscheidung gespeichert wird.

Die Harnblase

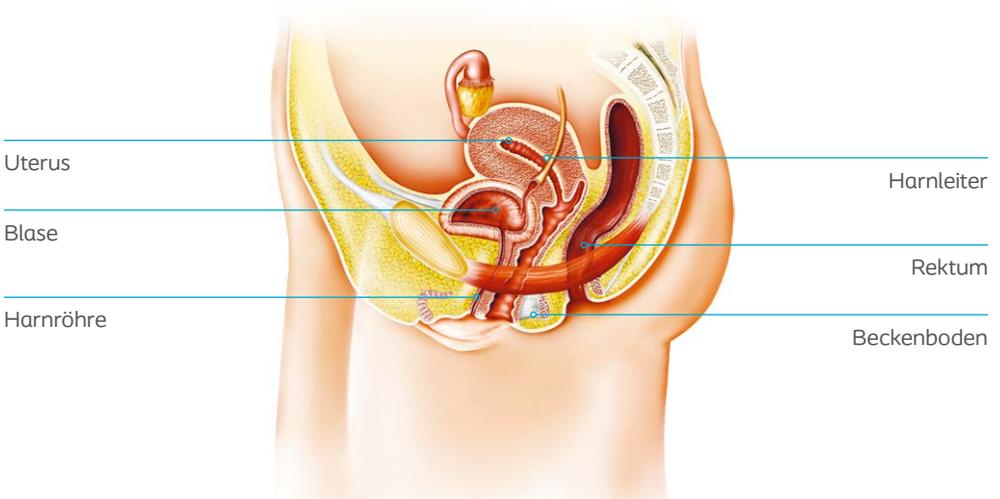
Die Harnblase ist ein muskuläres Hohlorgan mit großer Flexibilität. Das Fassungsvermögen beträgt bei Erwachsenen ca. 300 bis 500 ml. Wegen der Speicherkapazität ist es ausreichend,

die Blase 4- bis 6-mal täglich zu entleeren. Eine gefüllte Blase kann man gut am Unterbauch ertasten. Für das Zurückhalten des Urins (Kontinenz) sorgen zwei Ringmuskeln: ein innerer, der nicht beeinflussbar ist, und ein äußerer, der bewusst gesteuert wird. Darüber hinaus ist für die Kontinenz eine funktionierende Beckenbodenmuskulatur von Bedeutung.

Die Nervenverbindungen zwischen Harnblase und Gehirn sind unter anderem für die bewusste Steuerung der Blasenentleerung zuständig. In der Blase befinden sich Sensoren, die über das Rückenmark mit dem Gehirn verbunden sind. Sie melden es dem Gehirn, wenn die Blase gefüllt ist. Daraufhin gehen Nervenimpulse vom Gehirn zur Blase und zu den Schließmuskeln. Die Schließmuskeln öffnen sich, die Blase zieht sich zusammen (Kontraktion) und wird entleert.

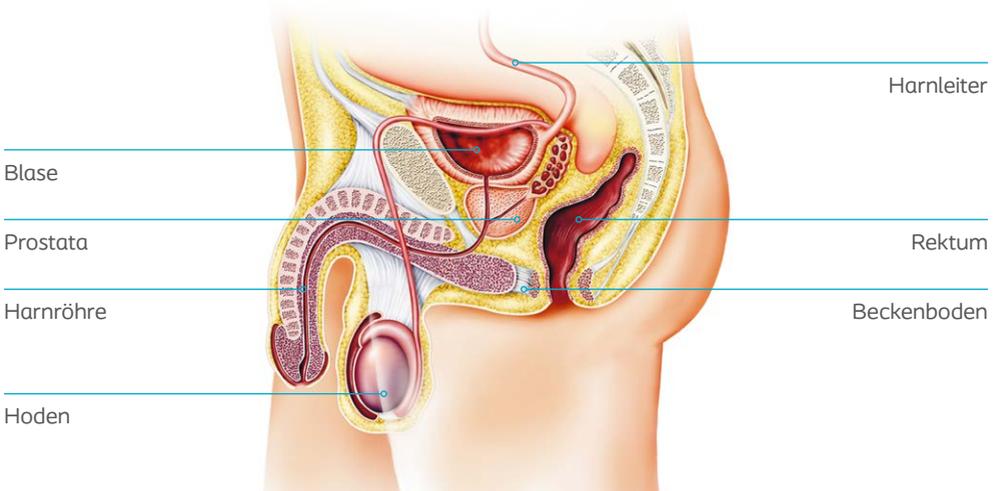
Der weibliche Harntrakt

Die Harnröhre der Frau ist 4 bis 6 cm lang, hat im ausgedehnten Zustand einen Durchmesser von etwa 8 mm und wird von einer Schleimhaut ausgekleidet. Sie durchtritt den Beckenboden und tritt zwischen Kitzler (Klitoris) und Scheide (Vagina) auf einer kleinen Vorwölbung aus.



Der männliche Harntrakt

Die Harnröhre des Mannes ist s-förmig gekrümmt und 20 bis 25 cm lang. Ihr Durchmesser beträgt ebenfalls ca. 8 mm. Sie durchtritt die Vorsteherdrüse (Prostata) und den Beckenboden und ist in den Penis eingebettet. Die Harnröhre tritt an der Eichel aus. (Bei Kindern und Jugendlichen hängt die Länge der Harnröhre vom Alter ab.)





Die Blasenfunktionsstörung

Es gibt viele Ursachen, die zu einer Blasenfunktionsstörung führen können. Hier ein Überblick über die häufigsten Faktoren und Formen.

Häufige Erkrankungen wie z. B. Multiple Sklerose, Schlaganfall, Diabetes, Gehirnerschütterung oder Verletzungen des Rückenmarks können zu Störungen der Blasenfunktion führen. Entstehen können diese Störungen bspw. auch aufgrund von Medikamentenwirkungen oder chronischem Alkoholmissbrauch. Als Folge können die Füllungs- und Ent-

leerungsmeldungen nicht mehr zum und vom Gehirn aus transportiert werden. Ohne eine ärztliche Behandlung besteht die Gefahr schwerer anatomischer und funktionaler Veränderungen am Harntrakt, die zu Entzündungen und Nierenversagen führen können. Blasenfunktionsstörungen können in vier verschiedenen Formen auftreten.

1. Verstärkte Spastik von Blase und Schließmuskel

Die sogenannte spinale Reflexblase zieht sich aufgrund der Spastik nicht kontrollierbar zusammen. Zusätzlich verhindert die Spastik des Schließmuskels den Urinabfluss. Es kommt zu einem überhöhten Druck in der Blase. Die Folge ist eine unfreiwillige, spontane Blasenentleerung.

2. Verstärkte Spastik der Blase und Schließmuskeler schlaffung

Eine verstärkte Spastik der Blase führt in Verbindung mit einem erschlafften Schließmuskel zu einem Missverhältnis zwischen Blaseninnendruck und Schließmuskeler schlafungsdruck. Der erschlaffte Schließmuskel kann schon bei einem geringen Blasenvolumen den Urin nicht mehr sicher zurückhalten.

3. Reflexlose Blase und verstärkte Spastik des Schließmuskels

Die reflexlose Blase kann sich zum Entleeren nicht mehr zusammenziehen. Die Spastik des Schließmuskels trägt zusätzlich dazu bei, dass sich die Blase nicht entleeren kann. Kommt es durch eine überfüllte Blase zu einem überhöhten Innendruck, führt dies zu unkontrolliertem Urinverlust.

4. Reflexlosigkeit von Blase und Schließmuskel

Blase und Schließmuskel sind nicht mehr tätig, sodass eine kontrollierte Blasenentleerung nicht möglich ist. Die schlaaffe Blase kann sich zum Entleeren nicht mehr zusammenziehen. Durch die Reflexlosigkeit des Schließmuskels kommt es schon bei einem sehr niedrigen Blasenvolumen zu unkontrolliertem Urinabgang.

Inkontinenz, ein unkontrollierter, unfreiwilliger Urinverlust als Folge von Blasenfunktionsstörungen, kann durch ein konsequentes Blasenmanagement vermieden werden. Der intermittierende Selbstkatheterismus ist ein effektives Mittel, die Urinausscheidung selbst zu kontrollieren (ggf. in Kombination mit medikamentöser Unterstützung).





Der intermittierende Selbstkatheterismus (ISK)

Blasenfunktionsstörungen gehören in Deutschland zum Alltag von sechs bis acht Millionen Menschen. Viele von ihnen leben dank Selbstkatheterismus unabhängig.

Experten empfehlen Menschen, die unter neurogenen Blasenfunktionsstörungen leiden, den ISK. Dies bedeutet, dass man seine Blase mithilfe eines Einmalkatheters regelmäßig selbst entleert. Einmal erlernt, ist diese Methode sehr einfach und angenehm anzuwenden, da sie der natürlichen Blasenentleerung am nächsten kommt. Die Blasenspeicher- und -entleerungsfunktion kann in unterschiedlicher Art und Weise beeinträchtigt oder gestört sein. Eine genaue Klassifizierung der Funktionsstörung entscheidet über die richtige Katheterisierungsform.

Einfach und sicher katheterisieren

Der ISK ist bei neurogenen Blasenfunktionsstörungen die sicherste und modernste Methode, die Blase zu entleeren. Ob sie sich anwenden lässt, sollte in jedem Fall durch Ihre Ärztin/ Ihren Arzt geprüft werden. Ist der ISK nicht durchführbar, wird Ihre Ärztin/ Ihr Arzt prüfen, welches Harnableitungsverfahren für Sie infrage kommt.

Vorteile und Ziele

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass der ISK im Vergleich zur Dauerableitung die sicherere Entleerungsmethode darstellt, da mit diesem Verfahren das Risiko urologischer Komplikationen wie Harnröhrenverletzungen und Harnwegsinfekte drastisch reduziert wird.

Mit Sicherheit mehr Lebensqualität

Der Schutz der Nieren (oberer Harntrakt) ist das oberste Ziel. Er wird durch den ISK erreicht, da die Speicher- und Entleerungsfunktion der Harnblase bei dieser Methode erhalten bleibt. So kann Organschäden vorgebeugt werden. Das Einhalten der Katheterisierungsfrequenz, ausreichende Flüssigkeitszufuhr, ein aseptischer Katheterisierungsvorgang und regelmäßige Kontrolluntersuchungen tragen zum erfolgreichen Katheterisieren bei und bewirken so mehr Mobilität und Diskretion. Nach dem Erlernen des ISK können Sie sich selbst versorgen und gewinnen mehr Unabhängigkeit.

Mögliche Indikationen

- › Querschnittlähmung
- › Spina bifida (offener Rücken)
- › Multiple Sklerose
- › Blasenlähmung als Folge von Multipler Sklerose, Schlaganfall, Diabetes, Medikamentennebenwirkung oder chronischem Alkoholmissbrauch
- › Ersatzblasen (Pouch)
- › Schwere Schädel-Hirn-Verletzungen
- › Schwere Bandscheibenschäden
- › Blasenüberaktivität in Kombination mit medikamentöser Behandlung (z. B. Botulinumtoxin)
- › Abflussbehinderung, z. B. bei gutartiger Prostataerkrankung
- › Beckenringfrakturen
- › Psychogene Krankheiten
- › Tumorerkrankungen

Voraussetzungen

Damit sich der ISK erfolgreich durchführen lässt, sind verschiedene Voraussetzungen zu erfüllen: An erster Stelle stehen die Motivation und Lernbereitschaft der Anwender. Darüber hinaus ist eine ausreichende Arm- und Handfunktion für die Durchführung der Blasenentleerung sowie das selbstständige Aus- und Ankleiden wichtig. Motorische Einschränkungen können den ISK erschweren. In diesem Fall gibt es die Möglichkeit, Einführhilfen zum Katheterisieren zu verwenden oder Personen aus dem familiären Umfeld um Hilfe zu bitten.

Frequenz

Um das Verfahren sicher zu praktizieren, wird in enger Zusammenarbeit mit der behandelnden Ärztin/ dem behandelnden Arzt die Frequenz für das Katheterisieren festgelegt. Die Katheterisierungsfrequenz liegt durchschnittlich bei 4- bis 6-mal pro Tag, angepasst an den natürlichen Entleerungsrythmus. Die Frequenzen können aufgrund verschiedener Blasenvolumina variieren.

Vor Beginn des ISK muss geklärt werden, ob es sich um eine spastische oder um eine schlaffe Lähmung der Blase handelt. Eine spastische Blase (Überaktivität) lässt unter Umständen nur ein geringes Volumen zu, sodass die Katheterisierungsfrequenz gesteigert werden muss.

Das Aufnahmevermögen kann durch medikamentöse oder operative Interventionen vergrößert werden. Im Fall der schlaffen Blase sind Volumina weit über dem Doppelten der normalen Blasenkapazität möglich. Selbst bei einer schlaffen Blase sollte die durchschnittliche Katheterisierungsfrequenz von 4- bis 6-mal täglich beibehalten und ein maximales Blasenvolumen von 500 ml möglichst nicht überschritten werden.

TIPP

Möchten Sie sich die Anwendung noch einmal in Ruhe erklären lassen? Anwendungsfilme zum ISK bietet Ihnen Coloplast im Internet an unter:

www.coloplast.de/kontinenzversorgung/anwendungsanleitungen/
oder
www.youtube.com/coloplastde



Aufbau eines Katheters

Katheter ist nicht gleich Katheter. Erfahren Sie, worauf Sie achten sollten, um Verletzungen zu vermeiden.

Die Augen

Jeder Katheter besitzt in der Katheterwand Ablauföffnungen für den Urin, die sogenannten Augen. Bei modernen Kathetern sind diese so gestaltet, dass Verletzungen der Harnröhre vorgebeugt wird. Sie haben dann keine scharfen Kanten, sondern sind abgerundet und beschichtet.

Die Spitze

Es gibt mehrere Formen von Katheterspitzen: Die gerade Form heißt Nelaton-Spitze und wird sowohl von Frauen als auch von Männern verwendet. Die Tiemann-Spitze ist leicht gebogen, wodurch sie besonders für Männer mit Harnröhrenverengung geeignet ist. Zusätzlich gibt es noch die flexible Kugelspitze – sie wurde speziell für die männliche Anatomie entwickelt.



Sanfte Augen



Nelaton-Spitze



Tiemann-Spitze



Flexible Kugelspitze

Die Beschichtung

Ein entscheidender Sicherheitsaspekt beim Katheterisieren ist die Gleitfähigkeit des Katheters, denn ein niedriger Reibungswiderstand beugt Verletzungen der Harnröhre vor. Beim ISK sind zwei Katheterarten gängig: hydrophil beschichtete und unbeschichtete Katheter. Hydrophil beschichtete Katheter haben das gleiche Feuchtigkeitsmilieu wie die Harnröhrenschleimhaut. Dadurch können sie mit besonders wenig Reibungswiderstand in die Harnröhre eingeführt und daraus wieder entfernt werden. Moderne Katheter sind bereits in sterile Flüssigkeit eingebettet, sodass sie sofort einsatzbereit sind. Bei einigen Kathetern muss vor der Anwendung die Beschichtung durch Zugabe steriler Flüssigkeit aktiviert werden. Unbeschichtete Katheter erfordern die Applikation eines Gleitmittels (z. B. Instillagel[®], Endosgel[®]), um in die Harnröhre eingeführt werden zu können.



Sanfte und glatt polierte SpeediCath[®] Katheteraugen von Coloplast



Gleichmäßige, hydrophile SpeediCath[®] Beschichtung von Coloplast



Der Konnektor

Am Ende der meisten Einmalkatheter befindet sich ein Konnektor, über den der Katheter mit einem Urinbeutel verbunden werden kann. So kann der Urin statt in der Toilette auch in einem Urinbeutel aufgefangen werden.

Die Größe

Neben der Auswahl des Katheters muss die richtige Größe bestimmt werden. Sie bezieht sich auf den Durchmesser des Katheters und muss möglichst genau dem Durchmesser der Harnröhre entsprechen. Der Katheterdurchmesser wird in Charrière (CH) angegeben, wobei ein Charrière $\frac{1}{3}$ mm entspricht.

Die Länge

Die Wahl der Katheterlänge richtet sich danach, ob der Katheter bei Frauen, Männern oder Kindern eingesetzt werden soll. Frauen und Mädchen benötigen aufgrund der kürzeren Harnröhre Katheter mit einer Länge von mind. 7 cm. Männer hingegen benötigen aufgrund der längeren Harnröhre einen Katheter mit mind. 25 cm Länge.

Die Systeme

Es gibt auch Komplettsysteme, bei denen der Einmalkatheter bereits fest mit einem Urinbeutel verbunden ist. So sind Sie beim Katheterisieren unabhängig von einer Toilette.

Alternativ zum Komplettsystem lässt sich an jeden Einmalkatheter auch ein separater Urinbeutel anschließen.

Diskretion neu definiert

SpeediCath® Compact für Männer ist absolut diskret und passt bequem in die Tasche. Mit einer Verpackung, die nicht mal halb so groß ist wie die eines Standardkatheters, bietet dieser Katheter einige Vorteile: unauffälliger zu transportieren, zu lagern und zu verwenden. Er ist sofort gebrauchsfertig und ermöglicht dank einfacher Kontrolle beim Einführen eine aseptische Katheterisierung.



SpeediCath® Compact für Männer – der praktische Katheter für unterwegs

Immer die richtige Wahl

SpeediCath® Compact und Compact Plus sind für Frauen und Mädchen und lassen sich wie ein Teleskop ausziehen. Die feste Hülle des nur 7 bzw. 9 cm langen Katheters bildet einen sicheren Griff, der das Einführen erleichtert. Er verschwindet unauffällig in jeder Tasche. Kinderleicht kann der Katheter mit dem SpeediBag™ Compact Urinbeutel verbunden werden. Nach dem Katheterisieren werden Katheter und Beutel einfach zusammen entsorgt.



SpeediCath® Compact – die innovativen Katheter für Frauen und Mädchen

Ein diskreter Begleiter

SpeediCath® Compact Eve hat ein aufregendes Design, vereint mit einfachem Handling und höchstmöglicher Diskretion bei einer Länge von 9 cm. Er erinnert an ein Kosmetikprodukt und fällt somit in keiner Handtasche als Medizinprodukt auf. Auch der SpeediCath® Compact Eve kann ganz einfach mit dem SpeediBag™ Compact Urinbeutel verbunden werden.

- › Kein Wegrollen dank dreieckiger Form
- › Innovatives Design für eine einfache und intuitive Anwendung
- › Leicht zu öffnen und sofort einsatzbereit
- › Erhöhter Komfort durch integrierten Konnektor für Urinbeutel



SpeediCath® Compact Eve – der innovative Katheter für Frauen und Mädchen

Einzigartig einfach

SpeediCath® Compact Set ist ein kompakter und diskreter Katheter mit integriertem Beutel. Dank einzigartiger Beschichtung ist er sofort und überall startklar. Durch sein beeindruckend unkonventionelles Verpackungsdesign ist der Katheter klein genug, um in jeder Tasche zu verschwinden, und bietet so ein hohes Maß an Diskretion. Er ist ohne Einführhilfe anwendbar.

- › Optimale Katheterlänge für die weibliche und männliche Harnröhre (9 und 30 cm)
- › Wenig Müll – für eine diskrete Entsorgung
- › Praktisch zu transportieren und daher ideal für unterwegs
- › Wiederverschließbar



SpeediCath® Compact Set für Frauen und Männer – mit integriertem Beutel

Leicht gemacht bis ins Detail

SpeediCath® Flex erleichtert jeden Schritt des Katheterisierens – vom Öffnen der Verpackung über das Anwenden bis hin zur Entsorgung. Gemacht für Männer mit normaler oder auch schwieriger Anatomie der Harnröhre und diejenigen, die sich extra viel Sicherheit wünschen.

Die Vorteile des SpeediCath® Flex

Hygienisch

Die trockene Schutzfolie und der elastische Griff ermöglichen ein sauberes und hygienisches Katheterisieren.

Flexibel

Die flexible Kugelspitze und der weiche Katheter gleiten sanft durch alle Biegungen und Kurven der Harnröhre.

Durchdacht

Verpackung und Katheter sind nach Gebrauch tropfsicher wieder-verschließbar und auch im praktischen Taschenformat erhältlich.

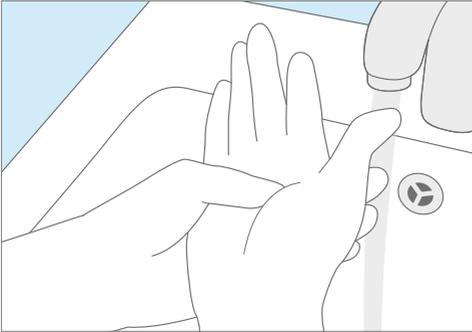


Der SpeediCath® Flex im Standard- und Taschenformat – Einmalkatheter für Männer

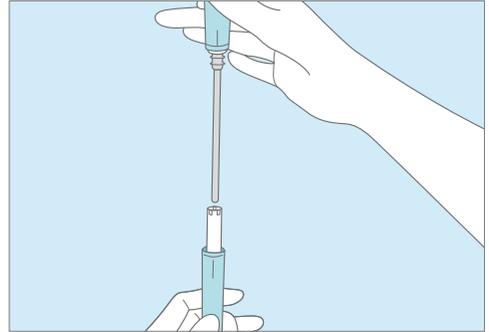


Flexible Kugelspitze

Katheterisieren für Frauen



Hände waschen

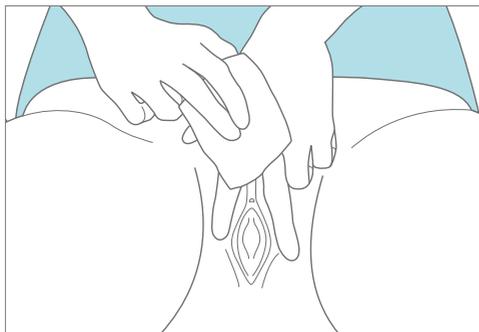


Katheter auspacken

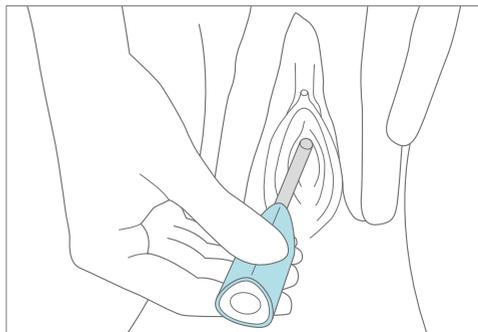
Die wichtigsten Handgriffe sollten Sie schnell verinnerlichen, um sich sicher zu katheterisieren.

Durchführungsbeschreibung für Rechtshänder!*

1. Waschen Sie Ihre Hände.
2. Legen Sie alle benötigten Materialien gut erreichbar bereit.
3. Entfernen Sie Ihre Kleidung so weit, dass ein ungehindertes Katheterisieren möglich ist.
4. Positionieren Sie sich sitzend auf der Toilette. Bei öffentlichen Toiletten ohne integrierte Desinfektionsanlage sollten Sie, wenn möglich, den ISK im Stehen durchführen.
5. Produktempfehlung: einen sofort gebrauchsfertigen Katheter von SpeediCath® mit bereits aktivierter Beschichtung. Dieser verursacht weniger Aufwand und spart Zeit.
6. Desinfizieren Sie Ihre Hände.
7. Verwenden Sie ein geeignetes Sprühdeseinfektionsmittel. Alternativ können Sie sterile Kompressen mit einem Schleimhautdesinfektionsmittel verwenden.
8. Spreizen Sie mit Zeige- und Mittelfinger die äußeren und inneren Schamlippen. Führen Sie nun die Desinfektion nach den Vorgaben Ihrer Ärztin/ Ihres Arztes durch.



Desinfizieren



Katheterisieren

9. Nach kurzer Einwirkzeit spreizen Sie erneut die Schamlippen und entfernen die erste Komresse.
10. Tupfen Sie mit der zweiten sterilen Komresse den Harnröhreneingang einmal ab.
11. Bei der Verwendung eines unbeschichteten Katheters wird nun das Gleitmittel in die Harnröhre eingebracht.
12. Fassen Sie den Katheter mit Daumen und Zeigefinger der rechten Hand am hinteren Ende, um ihn aus der Verpackung zu nehmen. Bei der Verwendung eines kompakten Katheters ziehen Sie diesen aus der Griffhülle.
13. Führen Sie den Katheter bei gespreizten Schamlippen unter Blickkontrolle (Beinspiegel) in die Harnröhre ein, bis Urin zu fließen beginnt. Schieben Sie dann den Katheter noch 1–2 cm weiter in die Blase vor.
14. Wenn der Urinfluss aufhört, drehen Sie den Katheter leicht und ziehen ihn langsam zurück, um die Blase vollständig zu entleeren.
15. Entsorgen Sie das benutzte Material in einem Abfallbehälter und waschen Sie sich die Hände.

* Linkshänder passen den Vorgang bitte entsprechend an.

WICHTIG

Führen Sie den Katheter niemals mit Gewalt ein. Es besteht sonst erhebliche Verletzungsgefahr für die empfindliche Harnröhre!

**Coloplast ServiceTelefon (kostenfrei)
0800 780 9000**

TIPP

Möchten Sie sich die Anwendung noch einmal in Ruhe erklären lassen? Anwendungsfilme zum ISK bietet Ihnen Coloplast im Internet an unter:

[www.coloplast.de/kontinenzversorgung/
anwendungsanleitungen/](http://www.coloplast.de/kontinenzversorgung/anwendungsanleitungen/)

oder

www.youtube.com/coloplastde

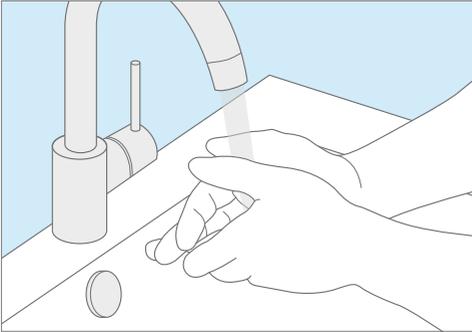
Praktisches Zubehör

SpeediBag™ Compact ist ein leichter, kompakter Urinbeutel, der für mehr Unabhängigkeit sorgt. Er ist speziell für den ISK der Frau entwickelt worden, der mit dem SpeediCath® Compact oder dem SpeediCath® Compact Eve Katheter erfolgt. Zusammen bilden sie ein unschlagbares Team. Der Katheter kann kinderleicht mit dem Urinbeutel verbunden werden. Nach dem Katheterisieren wird der Katheter einfach vollständig in den Beutel gedrückt, und anschließend wird beides entsorgt.

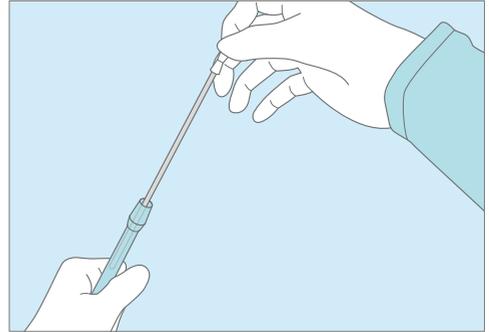




Katheterisieren für Männer



Hände waschen

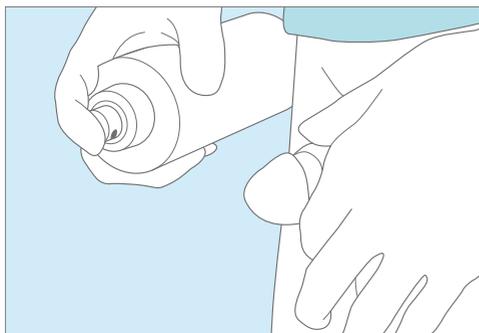


Katheter auspacken

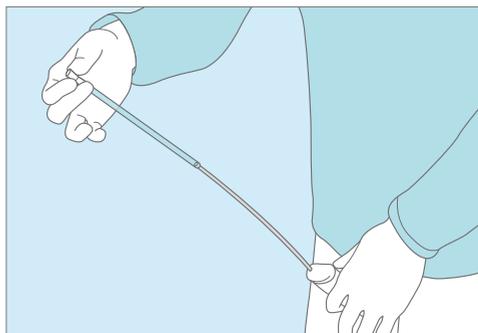
Die wichtigsten Handgriffe sollten Sie schnell verinnerlichen, um sich sicher zu katheterisieren.

Durchführungsbeschreibung für Rechtshänder!*

1. Waschen Sie Ihre Hände.
2. Legen Sie alle benötigten Materialien gut erreichbar bereit.
3. Entfernen Sie Ihre Kleidung so weit, dass ein ungehindertes Katheterisieren möglich ist.
4. Positionieren Sie sich je nach körperlicher Beeinträchtigung stehend oder sitzend.
5. Greifen Sie mit der linken Hand den Penischaft. Ziehen Sie die Vorhaut (sofern vorhanden) zurück und spreizen Sie leicht mit dem Daumen der linken Hand die Harnröhrenöffnung.
6. Führen Sie nun die Desinfektion nach den Vorgaben Ihrer Ärztin/ Ihres Arztes durch.
7. Verpackung senkrecht halten, Deckel abdrehen und Verpackung öffnen. Katheter vollständig aus dem Röhrchen ziehen, bis ein Klickgeräusch zu hören ist. Der Katheter ist jetzt einsatzbereit. Katheter nur am weißen Konnektor berühren, damit er nicht unsteril wird.



Desinfizieren



Katheterisieren

8. Fassen Sie Ihren Penis mit der linken Hand und heben Sie ihn in Richtung Bauchdecke, sodass zwischen Penis und Bauchdecke ein Winkel von ca. 60° entsteht. Mit der rechten Hand führen Sie den Katheter unter leichter Streckung des Penis ca. 6–8 cm weit in die Harnröhre ein. Dann spüren Sie einen Widerstand. Senken Sie den Penis in die natürliche Lage ab und schieben Sie den Katheter weiter in der Harnröhre vor, bis Urin aus der Blase fließt.

9. Wenn der Urinfluss aufhört, ziehen Sie den Katheter Stück für Stück zurück, um die Blase vollständig zu entleeren.

WICHTIG

Führen Sie den Katheter niemals mit Gewalt ein. Es besteht sonst erhebliche Verletzungsgefahr für die empfindliche Harnröhre!

Coloplast ServiceTelefon (kostenfrei)
0800 780 9000

TIPP

Möchten Sie sich die Anwendung noch einmal in Ruhe erklären lassen? Anwendungsfilme zum ISK bietet Ihnen Coloplast im Internet an unter:

www.coloplast.de/kontinenzversorgung/anwendungsanleitungen/
oder www.youtube.com/coloplastde

* Linkshänder passen den Vorgang bitte entsprechend an.

Katheterisieren beim Pouch

Der Pouch ist eine Ersatzblase aus Darm, die mit Einmalkathetern durch die Bauchdecke entleert werden kann. Dieser kann problemlos 300 – 600 ml Urin speichern. Er wird mittels Katheter über ein in den Nabel implantiertes, außen unsichtbares Stoma entleert. In der Regel sind Sie damit tagsüber und nachts kontinent. Die Entleerung Ihres Pouches sollten Sie in ca. 4- bis 6-stündigen Abständen durchführen.

Wichtig für den reibungslosen ISK sind Kenntnisse zu den anatomischen Gegebenheiten sowie zur Konstruktion und Lage Ihres Pouches. Um das Ver-

letzungs- und Infektionsrisiko zu minimieren, sollten Sie nur sterile Einmalkatheter verwenden, die über eine gleitfähige und gleichmäßig aufgetragene Beschichtung sowie über sanfte Übergänge bei den Katheteraugen verfügen.

Der SpeediCath® Katheter sorgt für ein hohes Maß an Sicherheit. Am Ende des Ratgebers finden Sie eine Übersicht über unsere Produkte. All unsere Männerprodukte sind für die Pouch-Katheterisierung geeignet, da sie lang genug sind und einen ausreichenden Durchmesser haben.



SpeediCath® Flex



SpeediCath® Compact Male



Durchführungsbeschreibung

1. Der Katheterismus des Pouches erfolgt ebenfalls unter aseptischen Bedingungen. Vor dem Einführen des Katheters desinfizieren Sie die Punktionsöffnung mit einem geeigneten Schleimhautdesinfektionsmittel. Bitte beachten Sie die Gebrauchsanweisung.
2. Nach Einhaltung der Einwirkzeit führen Sie einen sterilen Einmalkatheter oder ein Einmalkatheterset in den Pouch ein, bis der Urin fließt. Der Pouch muss vollständig geleert werden.
3. Wichtig ist es, mit dem Katheter den richtigen Weg zur Ersatzblase zu finden. Lassen Sie sich hierfür von Ihrer betreuenden Fachkraft intensiv schulen.

WICHTIG

Führen Sie den Katheter niemals mit Gewalt ein. Es besteht sonst erhebliche Verletzungsgefahr für die empfindliche Harnröhre!

Grundsätzliches zum Katheterisieren

Der ISK lässt sich mit etwas Übung leicht erlernen. Worauf Sie aber grundsätzlich achten sollten:

- › Die Ablagefläche für das Material sollte desinfiziert bzw. gründlich gereinigt werden.
- › Die Katheter müssen steril und einzeln verpackt sein.
- › Sorgen Sie für eine gründliche Intimpflege.
- › Sollte Ihnen bei der Vor- und Nachbereitung des ISK keine Waschgelegenheit zur Verfügung stehen, empfiehlt sich die Benutzung einzeln verpackter Feuchttücher.
- › Bei der Wischdesinfektion beachten Sie bitte, dass die Kompressen zur Desinfektion der Harnröhrenöffnung nur an einer Ecke angefasst werden sollten.
- › Achten Sie beim Entnehmen und Halten des Katheters darauf, dass die Teile, die in die Harnröhre eingeführt werden, nicht mit unsterilen Gegenständen und Körperteilen in Berührung kommen.
- › Sollten Sie einmal die Harnröhrenöffnung verfehlen, nehmen Sie einen neuen Katheter, um Infektionen zu vermeiden.

Tipps rund ums Katheterisieren

Bei starken Spastiken ist es möglich, dass sich der Katheter nicht einführen lässt. Bewahren Sie in einer solchen Situation Ruhe. Versuchen Sie, sich zu entspannen. Unternehmen Sie nach einer gewissen Ruhe- bzw. Entspannungszeit einen erneuten Katheterisierungsversuch. Viele Anwender berichten, dass in dieser Situation sehr oft Lachen hilft. Führen die Entspannungsversuche nicht zum Erfolg, wenden Sie sich bitte unverzüglich an Ihre behandelnde Ärztin/Ihren behandelnden Arzt.

Untersuchungsintervalle

Bitte sprechen Sie mit Ihrer behandelnden Ärztin/Ihrem behandelnden Arzt ein individuelles Nachsorgeprogramm und Kontrolluntersuchungen ab.

Informationen zu neurourologischen Zentren finden Sie auf Seite 50.





Nützliche Hinweise

Erfahren Sie, wie Sie außerdem noch zu Kontinenz und einer problemlosen Blasenentleerung beitragen können.

Katheterisierungstagebuch

Bei der Behandlung von neurogenen Blasenfunktionsstörungen und Inkontinenz kann unterstützend ein Tagebuch genutzt werden. Es liefert Ihnen und Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt wichtige Informationen für diagnostische und therapeutische Maßnahmen. Die gesammelten Daten über die Speicher- und Entleerungsphasen der Blase ermöglichen Ihnen, einen optimalen Katheterisierungsplan aufzustellen. Führen Sie das Tagebuch so lange weiter, bis Sie Ihren individuellen Entleerungsrhythmus gefunden haben.

Denken Sie aber auch an die Zeiten, in denen Sie sich außerhalb der Wohnung bewegen. Mit Unterstützung des Tagebuches können Sie die Flüssigkeitsaufnahme und damit die Zeitintervalle zwischen zwei Katheterisierungen ganz individuell steuern. Wichtig ist hierbei, dass Sie die tägliche Trinkmenge von 1,5 bis 2 l nicht unterschreiten, um die Nierenfunktion aufrechtzuerhalten und so Infektionen und Steinbildungen vorzubeugen.

Selbstbeobachtung

Bei gesunden Menschen ist der über die Nieren ausgeschiedene Urin klar und bernsteingelb. Der pH-Wert liegt im Normalfall bei 5 bis 6 (leicht sauer). Die am Tag ausgeschiedene Flüssigkeitsmenge liegt im Durchschnitt bei 1.000 bis 1.500 ml. Viel trinken erhöht die ausgeschiedene Menge, starkes Schwitzen reduziert sie. Abweichungen von dieser Norm können zwar auf eine Krankheit hinweisen, müssen es aber nicht. Bspw. kann sich der Urin nach dem Verzehr von Rhabarber zitronengelb verfärben. Wichtig ist, dass Sie Ihren Urin regelmäßig beobachten und durch Ihre behandelnde Ärztin/Ihren behandelnden Arzt kontrollieren lassen.

TIPP

Unter www.coloplast.de
› Über uns › ServiceWelt › Alltagshilfen
steht eine Tagebuchvorlage zum Downloaden bereit.

Beispielseite aus einem Tagebuch

Uhrzeit	Flüssigkeits- aufnahme	Uhrzeit Katheterisierung	Ausfuhr Urinmenge	Bemerkung
07:15	2 Tassen Schwarztee (300 ml)	07:30	400 ml	Urin sehr konzentriert
08:30	Wasser (200 ml)			
10:30	Wasser (300 ml)			
11:15		11:45	500 ml	
12:15	1 Flasche Limo (330 ml)			
13:20	1 Becher Kaffee (250 ml)			
15:00	1 Glas Saft (200 ml)	15:15	350 ml	
18:15	3 Tassen Kräutertee (450 ml)			Medikamente
19:30		19:30	250 ml	
21:00	1 Flasche Bier (500 ml)			
22:45		23:00	500 ml	
Bilanz	2.530 ml		2.000 ml	
Gesamt	+ 530 ml			



Darmmanagement bei neurologischen Erkrankungen und Querschnittlähmung

Menschen mit Blasenschwäche leiden oft auch unter einer Darmfunktionsstörung.

Hintergrund

Es gibt viele Ursachen für Veränderungen der Darmfunktion. Neurologische Störungen, die die Blase betreffen, wirken sich oft auch auf den Darm aus. Botschaften des Darmes über den Füllzustand werden vom Gehirn nicht vollständig verarbeitet. Krankheitsbilder, die typischerweise mit diesen Störungen einhergehen, sind u. a. Multiple Sklerose, Alzheimer oder ein Schlaganfall.

Zu einer möglicherweise vollständigen Unterbrechung der Impulsüberleitung kommt es durch Rückenmarksverletzungen, wie sie etwa im Fall einer Querschnittlähmung oder Spina bifida vorliegen. Darmmanagement mit verschiedenen Abführmitteln und Techniken wie das rektale Ausräumen prägen hier das Behandlungsbild. Für einige ist so eine ausreichende Darmentleerung möglich, jedoch gibt es viele, die trotzdem über Inkontinenz, unzureichende Entleerung und lange Entleerungszeiten klagen.

Im Management der neurogenen Darmfunktionsstörungen hat sich die transanale Irrigation als anerkanntes Verfahren etabliert, was zahlreiche Untersuchungen bestätigen.

Funktionsweise

Das Peristeen® Plus Anale Irrigation Komplettsystem ist die intelligente Weiterentwicklung des Einlaufprinzips. Bei diesem mechanischen System wird über einen Katheter körperwarmes Wasser in den Darm gespült. Anders als beim Einlauf löst das Wasser mit dieser Anwendung Entleerungsreflexe aus, und der Darm entleert sich innerhalb von nur 15 bis 30 Minuten auf natürlichem Wege.



Peristeen® Plus – für ein selbstbestimmtes Darmmanagement

Wer unter Darmentleerungsstörungen oder Episoden von Inkontinenz leidet, sollte mit seiner Ärztin/seinem Arzt offen darüber sprechen. Endlich können Sie Ihren Darm so kontrollieren, wie Sie es sich wünschen, denn mit Peristeen® Plus entscheidet nicht länger Ihre Verstopfung oder Stuhlinkontinenz über Ihren Alltag – sondern Sie.

Der Peristeen® Anal-Tampon

Entdecken Sie das kleine und diskrete Hilfsmittel für maximale Bewegungsfreiheit. Der Peristeen® Anal-Tampon wurde entwickelt, um unkontrollierten Stuhlverlust zu verhindern und Ihnen so Sicherheit für ein aktives Leben zu bieten. Der Anal-Tampon hält festen Stuhl bis zu zwölf Stunden lang sicher zurück. Er besteht aus einem weichen, hautverträglichen Schaumstoff, der von einer wasserlöslichen Schutzfolie umgeben ist. Geeignet – dank zweier Größen – für Erwachsene und Kinder.

Katheterisieren auf Reisen

Urlaub ist bekanntlich die schönste Zeit im Jahr. Eine Blasenschwäche ist kein Grund, darauf zu verzichten.

Außerhalb der Wohnung

Wenn Sie unterwegs katheterisieren müssen (z. B. im Restaurant oder im Zug), empfehlen wir Ihnen, Folgendes mitzunehmen:

- › Einmalkatheter:
SpeediCath® Compact für Frauen und Männer, SpeediCath® Compact Eve für Frauen, SpeediCath® Flex für Männer oder das Komplettsystem (Beutel mit integriertem Katheter), z. B. SpeediCath® Compact Set für Frauen und Männer
- › Alkoholtupfer zur Desinfektion von Toilettensitz, Ablagefläche usw.
- › Handdesinfektionsmittel
- › Feuchttücher
- › Schleimhautdesinfektionsmittel

Aufgrund der schlechten Sichtverhältnisse in vielen Toiletten ist eine Lampe oder – für Frauen – ein Oberschenkelspiegel mit Lichtquelle sehr hilfreich.

Eine große Erleichterung für Frauen ist der Einmalkatheter SpeediCath® Compact oder der SpeediCath® Compact Eve und das nicht nur unterwegs. Da beide sehr klein sind, lassen sie sich nicht nur diskret verstauen, sondern auch sicher einführen, selbst unter erschwerten Bedingungen.

Wenn Sie davon ausgehen müssen, dass die hygienischen Verhältnisse ungenügend sind, planen Sie vorausschauend. Wollen Sie bspw. am Abend die Wohnung verlassen, katheterisieren Sie vor dem Verlassen des Hauses und direkt nach Ihrer Rückkehr. Gleiches Vorgehen empfiehlt sich bei kürzeren Reisen. Das sterile Katheterisieren in einem schwankenden Zug ist nur schwer möglich. Achten Sie hier ggf. auf die Haltezeiten. In jedem Fall macht Sie die Verwendung eines sterilen und geschlossenen Komplettsystems unabhängiger. Beim SpeediCath® Compact Set ist z. B. bereits ein Auffangbeutel integriert (siehe Seite 20). Der Katheter ist bereits aktiviert und kann sicher und einfach eingeführt werden.

Auf Urlaubsreisen

Die Durchführung des Selbstkatheterismus auf Reisen erfordert eine besondere Planung. Beachten Sie, dass sich Ihre Rückreise verzögern kann oder Sie bei hohen Temperaturen in Ihrem Urlaubsland mehr trinken werden, und nehmen Sie entsprechend viel Material mit.

Für längere Urlaubsreisen im Inland können Sie sich auch mehrere Rezepte ausstellen lassen, das Material am Urlaubsort in einem Sanitätshaus oder in

einer Apotheke bestellen und dann abholen. Bei Auslandsaufenthalten bietet sich die postlagernde Lieferung an. Sie müssen dann im Zielland nur die angegebene Poststelle aufsuchen, um Ihr Material zu bekommen. Beachten Sie jedoch, dass es auf dem Postweg zu erheblichen Verzögerungen kommen kann.

Führen Sie, falls vorhanden, Patientenpass und Medikamentenausweis mit sich, damit Sie bei Grenzübertritten Kon-



trollen ohne Probleme passieren können. Mit einem Notfallausweis, in dem die wichtigsten Punkte auch in Englisch nachlesbar sind, erhalten Sie auch im Ausland qualifizierte Hilfe.

Notieren Sie darin auch Adresse und Telefonnummer Ihrer behandelnden Ärztin/Ihres behandelnden Arztes, damit telefonisch Kontakt aufgenommen werden kann.

Informieren Sie sich schon vor der Reise – z. B. im Internet – über Krankenhausstandorte am Urlaubsort. Denken Sie dabei auch an eine Auslandskrankenversicherung.

Bei kurzen Flugreisen bietet es sich an, die Blase kurz vor dem Abflug zu entleeren. Denken Sie bei Langstreckenflügen an die Zeitverschiebung, die eine Veränderung im Katheterisierungsrhythmus bedeuten kann.

TIPP

Kennen Sie den praktischen HilfsmittelPass für Ihre Reise?

Bestellen Sie gleich Ihr kostenfreies Exemplar im Internet unter:

www.hilfsmittelpass.coloplast.de





Katheterisieren und Partnerschaft

Sexuelle Bedürfnisse enden nicht mit einer neurologischen Erkrankung oder einer Querschnittslähmung. Sexualität beginnt im Kopf. Ein positives Selbstbild, Offenheit gegenüber dem Partner und ein wenig Experimentierfreude erleichtern es, ein erfülltes Sexualeben zu erlangen. Aus urologischer Sicht ist der ISK in Bezug auf Intimität ein großer Gewinn an Freiheit. Dadurch, dass die Blase unmittelbar vor dem intimen Kontakt entleert wird, ist ein ungewollter Urinverlust vermeidbar.

Mit allen Sinnen genießen

Rückenmarksverletzungen führen häufig zu einem teilweisen bis völligen Verlust der Empfindung unterhalb des Lähmungsniveaus. Das bedeutet allerdings nicht, dass es mit befriedigender Sexualität vorbei ist. Jeder hat individuelle Bedürfnisse und muss für sich selbst ausprobieren, was er erleben kann. Bestimmte erogene Zonen oberhalb der Verletzungshöhe sind oft in besonderem Maße empfindlich: Gesicht, Ohren, Hals, Arminnenseiten. Setzen Sie alle Sinne ein: Sehen, Hören, Fühlen, Schmecken, Riechen.

Schließlich entstehen viele Orgasmen durch die innere Erregung und nicht allein durch den körperlichen Akt.

Rechtzeitig die Blase entleeren

Eine Querschnittslähmung führt bei Frauen häufig dazu, dass die Scheide nicht richtig feucht wird. Hier kann ein Gleitmittel helfen. Damit es nicht zu unangenehmen Überraschungen kommt, sollten Frauen ihre Blase vor dem Geschlechtsverkehr vollständig entleeren sowie auf ein gutes Darmmanagement achten. Nach dem Katheterisieren und nach dem Verkehr empfiehlt es sich, die Scheide mit Wasser auszuwaschen, um Harnwegsinfekte zu minimieren.

Hilfsmittel für die Männlichkeit

Auch Männer mit einer Querschnittslähmung brauchen nicht auf ihre »Männlichkeit« zu verzichten. Ungefähr 80 % aller Querschnittgelähmten haben eine Erektionsstörung, also ist die Erektion zu kurz, nicht stark genug, oder es kommt zu gar keiner Erektion. Dies hat nicht nur Einfluss auf das Sexualleben, sondern auch auf das Selbstbewusstsein. Es gibt jedoch eine Vielzahl von

Methoden, die dennoch eine Erektion ermöglichen. Bspw. kann durch die Einnahme von Medikamenten (Viagra® oder die Nachfolger Cialis® oder Levitra®) am einfachsten eine ausreichende Erektion erreicht werden.

Eine andere Möglichkeit, eine Erektion zu bekommen, ist die Schwellkörper-Autoinjektionstherapie (SKAT). Hierbei muss ein Medikament in den Penis gespritzt werden. Diese Methode ist sehr vorteilhaft, da sie sofort zu einer Erektion führt und zudem viele Krankenkassen diese Therapie bezahlen. Besprechen Sie eine solche Therapie jedoch auf jeden Fall mit einem Urologen.

Vertrauen

Zur sexuellen Intimität gehören ganz wesentlich Vertrauen und Offenheit. Es ist wichtig, der Partnerin bzw. dem Partner zu sagen, was Sie können und was Sie eben nicht können. Sprechen Sie offen über eventuelle Ängste bezüglich der Blasen-Darm-Funktion, über notwendige Hilfsmittel, sexuelle Stellungen und Wünsche. Schließlich ist es am schönsten, wenn beide Lust und Freude haben.

Alltagshilfen

Auch mit Blasenschwäche kann man ein aktives und ausgefülltes Leben führen. Hier finden Sie ein paar Tipps, die Ihnen auf Ihrem Weg helfen können.

Ausbildung und Beruf

Generell sollte eine Harninkontinenz Sie nicht davon abhalten, weiterhin zu arbeiten. Moderne Hilfsmittel, die heutzutage zur Verfügung stehen, sind so sicher und diskret, dass Sie sich keine Sorgen machen müssen. Wenn Sie Ihren Beruf nicht mehr ausüben können, weil die körperlichen Voraussetzungen nicht mehr gegeben sind, sprechen Sie mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt über andere Optionen.

Für die gesellschaftliche Integration behinderter Menschen ist der Zugang zu einem Studienplatz, einem Ausbildungsplatz bzw. generell zum Arbeitsmarkt von entscheidender Bedeutung. Das Amt des Beauftragten der Bundesregierung für die Belange von Menschen mit Behinderungen beantwortet viele Fragen zu den Themen Bildung und Beruf unter der Internetadresse www.behindertenbeauftragte.de. Weiterführende Infos finden Sie auch unter www.integrationsaemter.de und www.facebook.com/startrampe.

Sportlich aktiv

Regelmäßige körperliche Bewegung und Sport haben eine Reihe positiver gesundheitlicher Effekte. Sport trainiert Herz und Kreislauf, hält jung und hebt die Laune. Auch Menschen mit Handicap und chronischen Erkrankungen profitieren von gezielter körperlicher Bewegung. Wenn Sie Sport außerhalb eines Vereines vorziehen: Für Fußgänger bieten sich Nordic Walking, Radfahren und Schwimmen an. Handbiken und Schwimmen ist bei Rollstuhlfahrern sehr beliebt. Viele Schwimmbäder sind barrierefrei und verleihen Rollstühle für den Nassbereich. Sollte Ihnen Vereinssport mehr liegen: Bei einem Sportverein in Ihrer Nähe oder beim Deutschen Rollstuhl-Sportverband auf www.drs.org können Sie sich über die zahlreichen Angebote informieren.

Autofahren mit Handicap?

Das ist heute häufig gar kein Problem mehr. Eine praktische Übersicht über Kfz-Werkstätten, die Fahrzeuge behinderten- bzw. rollstuhlgerecht umrüsten, finden Sie online beim ADAC: www.adac.de/rund-ums-fahrzeug/mobil-behinderung/fahrzeug-umbau/



Freizeit genießen

Unsere Freizeit nutzen wir zur Entspannung, zur persönlichen Entfaltung und zur Pflege sozialer Kontakte. Eine Blasenschwäche ist kein Grund, dem, was Ihnen Freude bereitet, nicht nachzugehen. Besuchen Sie doch mal wieder ein Konzert oder ein Musical. Fragen Sie am besten vorher nach (z. B. bei www.eventim.de), inwieweit Rollstuhlplätze zur Verfügung stehen.

Für Fußballfans mit Handicap haben die DFL Deutsche Fußball Liga GmbH und die Deutsche Bahn AG einen praktischen Reiseführer herausgegeben. Unter www.bahn.de/fan-ecke steht dieser kostenfrei für Sie zum Download zur Verfügung.

Das richtige Rezept

Als Mitglied einer gesetzlichen Krankenkasse haben Sie Anspruch auf die Ausstattung mit Inkontinenzhilfsmitteln, wenn Harn- und/oder Stuhlinkontinenz bzw. eine neurogene Blasenfunktionsstörung vorliegt und der Einsatz von Inkontinenzhilfen

- › medizinisch indiziert und
- › im Einzelfall erforderlich ist und
- › den Versicherten in die Lage versetzt, Grundbedürfnisse des täglichen Lebens zu befriedigen.

Hinweise für Ihre Ärztin/Ihren Arzt – ein Beispielrezept

Die Verordnung von Hilfsmitteln verursacht aufgrund der Artikelvielfalt und der Unkenntnis hinsichtlich der korrekten Vorgehensweise nicht selten Probleme. Klären Sie die Modalitäten der Versorgung am besten mit Ihrer Krankenkasse. Folgende Angaben auf dem Rezept helfen, Ärgernisse zu vermeiden:

- › Versorgungszeitraum
- › Bezeichnung des Inkontinenzhilfsmittels mit dazugehöriger Hilfsmittelpositionsnummer
- › Größe des Inkontinenzhilfsmittels
- › Menge
- › Angabe der Diagnose (für die Zuordnung zur Kranken- und Pflegeversicherung)



Gebühr frei	Krankenkasse bzw. Kostenträger Musterkrankenkasse			Hilfs- mittel	Impf- stoff	Spr.-St. Bedarf	Begr.- Pflicht	Apotheken-Nummer / K				
Op- A	Name, Vorname des Versicherten Mustermann, Max			6	7	8	9					
noctu	geb. am 03.09.74			Zuzahlung		Gesamt-Brutto						
Sonstige	Fliederweg 12 12345 Musterstadt											
Unfall	Kostenträgerkennung	Versicherten-Nr.	Status	Arzneimittel-Hilfsmittel-Nr.		Faktor	Taxe					
Arbeits- unfall	109519005	A123456789	1	1. Verordnung								
	Betriebsstätten-Nr.	Arzt-Nr.	Datum	1 5 2 5 1 4 7 0 8 1								
	12-3456789	123456-6-67	01.02.2021	2. Verordnung								
				3. Verordnung								
	Rp. (Bitte Leerräume durchstreichen)			Vertragsarztstempel								
aut idem	Versorgungszeitraum 30 Tage			Dr. med. Max Mustermann Allgemeinmediziner Musterstraße 20 123456 Ideenstadt Tel. 012 34567 Fax 012 345619								
aut idem	SpeediCath Flex für Männer, CH14, 180 Stück, PZN:11692685											
aut idem	Neurogene Blasenfunktionsstörung nach Querschnittlähmung			Unterschrift des Arztes Muster 16 (02.2021)								
	666d			Abgabedatum in der Apotheke								
	Bei Arbeitsunfall auszufüllen!			<table border="1" style="width: 100%; height: 20px;"> <tr> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> </tr> </table>								
	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 20%;">Unfalltag</td> <td>Unfallbetrieb oder Arbeitgebernummer</td> </tr> </table>			Unfalltag	Unfallbetrieb oder Arbeitgebernummer							
Unfalltag	Unfallbetrieb oder Arbeitgebernummer											

Beispielrezept für eine Monatsversorgung. Die aufgeführten Werte sind Richtwerte, die als Anhaltspunkte für den monatlichen Verbrauch der jeweiligen Produkte dienen. Die tatsächlichen Verbrauchswerte können durchaus über oder unter den Richtwerten liegen.

Produktübersicht

SpeediCath® Sortiment – Männer

SpeediCath® Flex, flexible Kugelspitze



Artikel-Nr.	Länge	Größe	St./VE	PZN	HMV-Nr.
28920	44 cm	● 10 CH	30	11692662	15.25.14.7081 ●
28922	44 cm	○ 12 CH	30	11692679	15.25.14.7081
28924	44 cm	● 14 CH	30	11692685	15.25.14.7081
28916	44 cm	● 16 CH	30	11692691	15.25.14.7081

SpeediCath® Flex im Taschenformat, flexible Kugelspitze



Artikel-Nr.	Länge	Größe	St./VE	PZN	HMV-Nr.
28910	44 cm	● 10 CH	30	16129776	15.25.14.7081 ●
28912	44 cm	○ 12 CH	30	16129782	15.25.14.7081
28914	44 cm	● 14 CH	30	16129799	15.25.14.7081

SpeediCath® Compact Set, Nelaton, Fassungsvermögen 750 ml



Artikel-Nr.	Länge	Größe	St./VE	PZN	HMV-Nr.
28422	30 cm	12/18 CH	20	09773146	15.25.14.9038

SpeediCath® Compact, Nelaton



Artikel-Nr.	Länge	Größe	St./VE	PZN	HMV-Nr.
28692	30 cm	12/18 CH	30	06905021	15.25.14.7050

SpeediCath®, Nelaton



Artikel-Nr.	Länge	Größe	St./VE	PZN	HMV-Nr.
27608	30 cm	● 08 CH	30	09712021	15.25.14.7023 ●
27610	30 cm	● 10 CH	30	09712038	15.25.14.7023 ●
27612	30 cm	○ 12 CH	30	09712044	15.25.14.7023 ●
27408	40 cm	● 08 CH	30	09711895	15.25.14.7009
27410	40 cm	● 10 CH	30	09711903	15.25.14.7009
27412	40 cm	○ 12 CH	30	09711926	15.25.14.7009
27414	40 cm	● 14 CH	30	09711932	15.25.14.7009
27416	40 cm	● 16 CH	30	09711949	15.25.14.7009
27418	40 cm	● 18 CH	30	09711955	15.25.14.7009

● Auch für Kinder geeignet

SpeediCath®, Tiemann



Artikel-Nr.	Länge	Größe	St./VE	PZN	HMV-Nr.
27490	40 cm	● 10 CH	30	09711961	15.25.14.7010
27492	40 cm	○ 12 CH	30	09711978	15.25.14.7010
27494	40 cm	● 14 CH	30	09711984	15.25.14.7010
27496	40 cm	● 16 CH	30	10220197	15.25.14.7010

SpeediCath® Control, Nelaton



Artikel-Nr.	Länge	Größe	St./VE	PZN	HMV-Nr.
27212	40 cm	○ 12 CH	30	09711889	15.25.14.7038

SpeediCath® Sortiment – Frauen

SpeediCath® Compact Eve, Nelaton



Artikel-Nr.	Länge	Größe	St./VE	PZN	HMV-Nr.
28110	9 cm	● 10 CH	30	10796359	15.25.14.7075
28112	9 cm	○ 12 CH	30	10796365	15.25.14.7075
28114	9 cm	● 14 CH	30	10796371	15.25.14.7075

SpeediCath® Compact Set, Nelaton, Fassungsvermögen 750 ml



Artikel-Nr.	Länge	Größe	St./VE	PZN	HMV-Nr.
28520	9 cm	● 10 CH	20	10358808	15.25.14.9047
28522	9 cm	○ 12 CH	20	09773152	15.25.14.9039
28524	9 cm	● 14 CH	20	10358783	15.25.14.9047

SpeediCath® Sortiment – Frauen

● Auch für Kinder geeignet

SpeediCath® Compact, Nelaton



Artikel-Nr.	Länge	Größe	St./VE	PZN	HMV-Nr.	
28576	7 cm	● 06 CH	30	05004209	15.25.14.7039	●
28578	7 cm	● 08 CH	30	04244816	15.25.14.7004	●
28580	7 cm	● 10 CH	30	04244822	15.25.14.7004	●
28582	7 cm	○ 12 CH	30	04244986	15.25.14.7004	
28584	7 cm	● 14 CH	30	04245017	15.25.14.7004	

SpeediCath® Compact Plus, Nelaton



Artikel-Nr.	Länge	Größe	St./VE	PZN	HMV-Nr.	
28810	9 cm	● 10 CH	30	05531498	15.25.14.7044	
28812	9 cm	○ 12 CH	30	05531506	15.25.14.7044	
28814	9 cm	● 14 CH	30	05531512	15.25.14.7044	

SpeediCath®, Nelaton



Artikel-Nr.	Länge	Größe	St./VE	PZN	HMV-Nr.	
27706	20 cm	● 06 CH	30	09712050	15.25.14.7022	●
27708	20 cm	● 08 CH	30	09712067	15.25.14.7022	●
27710	20 cm	● 10 CH	30	09712073	15.25.14.7022	●
27512	20 cm	○ 12 CH	30	09711990	15.25.14.7001	
27514	20 cm	● 14 CH	30	09712009	15.25.14.7001	
27516	20 cm	● 16 CH	30	09712015	15.25.14.7001	

Zubehör – Frauen

SpeediBag™ Compact, Urinbeutel für SpeediCath® Compact und SpeediCath® Compact Plus



Artikel-Nr.	Volumen	St./VE	PZN	HMV-Nr.	
28592	700 ml	30	03723957	15.25.09.0006	●

SpeediCath® Compact, Konnektor



Artikel-Nr.	Größe	St./VE	PZN	HMV-Nr.	
28590	für alle CH-Größen	30	0833007	15.99.99.0003	●



Das Coloplast ServiceTelefon

Service hat bei uns einen hohen Stellenwert: Er wird gelebt!

Coloplast hat es sich zur Aufgabe gemacht, Menschen, die ständig oder vorübergehend mit einer körperlichen Beeinträchtigung leben müssen, einen weitgehend normalen, unkomplizierten Lebensalltag zu ermöglichen. Produkte sind dabei nicht alles.

Unsere kompetenten MitarbeiterInnen des Coloplast ServiceTelefons stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Sie beraten Sie bei all Ihren Fragen rund um Blasen- und Darmfunktionsstörungen.

Wir sind für Sie da

Montags bis donnerstags 8 bis 17 Uhr,
freitags 8 bis 16 Uhr:

0800 780 9000

Oder schreiben Sie uns eine E-Mail an
beratungsservice@coloplast.com



Hilfreiche Kontakte

Weitere Infos erhalten Sie auch bei den folgenden Institutionen, Gesellschaften und Internetportalen.



Coloplast GmbH
Kuehnstraße 75
22045 Hamburg

ServiceTelefon 0800 780 9000
Fax 040 669807-48
beratungsservice@coloplast.com
www.coloplast.de

Neurourologische Zentren

Eine detaillierte Auflistung der Neurourologischen Zentren in Deutschland, Österreich und der Schweiz finden Sie unter www.dmgp.de/index.php/en/behandlungszentren

SoMA e.V.

Weidmannstraße 51
80997 München
Tel. 089 14904262
www.soma-ev.de

rehaKIND e.V.

Lütgendortmunder Straße 153
44388 Dortmund
Tel. 0231 6103056
www.rehakind.com

ASBH – Arbeitsgemeinschaft Spina Bifida und Hydrocephalus e.V.
Grafenhof 5
44137 Dortmund
Tel. 0231 8610500
www.asbh.de

Deutsche ILCO e.V. – Die Selbsthilfevereinigung für Stoma-träger und Menschen mit Darmkrebs sowie deren Angehörige
Thomas-Mann-Straße 40
53111 Bonn
Tel. 0228 338894-50
www.ilco.de

DRS – Deutscher Rollstuhl-Sportverband e.V.
Friedrich-Alfred-Allee 10
47055 Duisburg
Tel. 0203 7174-182
www.drs.org

Fördergemeinschaft der Querschnittgelähmten in Deutschland e.V.
Geschäftsstelle
Neurott 20
74931 Lobbach
Tel. 06226 960211
www.fgq.de

Inkontinenz Selbsthilfe e.V.

Röttkenring 27
13053 Berlin
www.inkontinenz-selbsthilfe.de

Deutsche Kontinenz Gesellschaft e.V.

Friedrichstraße 15
60323 Frankfurt
Tel. 069 79588393
www.kontinenz-gesellschaft.de

FgSKW e.V. – Fachgesellschaft Stoma, Kontinenz und Wunde

Nikolaus-Groß-Weg 6
59379 Selm
Tel. 02592 973141
www.fgskw.org

Im Ausland

Österreich

ServiceTelefon
+43 1 707 57 51 54

Coloplast GmbH
Thomas-Klestil-Platz 10
1030 Wien
Fax +43 1 707 57 51-30
beratungsservice.at@coloplast.com
www.coloplast.at

Schweiz

ServiceTelefon
0800 777 070
kostenfrei

Coloplast AG
Euro Business Center
Blegistrasse 1
6343 Rotkreuz
Fax +41 79979-40
consumercare@coloplast.com
www.coloplast.ch



Erklärung der Fachbegriffe

Aseptisch

Aseptisch ist die Bezeichnung für Keimfreiheit (Sterilität). Aseptische Maßnahmen sind solche, die das Risiko einer Infektion oder Kontamination mindern (Kontamination bedeutet, dass Flächen oder Gegenstände durch Kontakt mit Material beschmutzt wurden, das möglicherweise Erreger aufweist).

Hämaturie

Blut im Urin; mögliche Ursachen: Harnwegsinfektionen, Katheterverletzungen, Steinleiden, Blutgerinnungsstörungen, Verletzungen, Medikamentennebenwirkungen, Tumorerkrankungen. Beim Auftreten einer Hämaturie unverzüglich eine Urologin/einen Urologen konsultieren.

Harnröhrenstriktur

Verengung der Harnröhre infolge von Verletzungen, mögliche Ursache: Katheterverletzungen, häufig durch transurethrale Dauerkatheter; Beseitigung durch einen operativen Eingriff.

Harnwegsinfekt

Anzeichen: stark eingetrübter und übel riechender Urin, Inkontinenz, Fieber, allgemeines Unwohlsein, verstärkte Spastiken; bei inkompletter Schädigung des Rückenmarks und Teilsensibilität starkes Brennen in Blase und Harnröhre.

Mögliche Ursachen:

ständig durchnässte Wäsche, Hygienedefizite, Abflussbehinderung mit Restharnbildung, unsachgemäßer Katheterismus, unzureichende Flüssigkeitsaufnahme.

Hydrophil

Feuchtigkeit anziehend, aufnehmend.

Neurogen

Von den Nerven ausgehend.

Nierenkolik

Symptome:

Übelkeit, Erbrechen, Schweißausbrüche oder Fieber.

Mögliche Ursache:

Abflusshindernis in Form von Steinen oder durch eine Verengung im Bereich des Nierenbeckens oder der Harnleiter; beim Auftreten einer Nierenkolik unverzüglich eine Ärztin/einen Arzt aufsuchen.

Reflux

Zurückfließen von Urin in die Nieren; kann durch eine sogenannte Video-Urodynamik (siehe unten) erkannt werden. Mögliche Ursache: überhöhter Druck in der Blase.

Suprapubische Ableitung

Urinableitung über die Bauchdecke durch eine minimalinvasive Operation.

Transurethrale Ableitung

Ableitung durch die Harnröhre mit einem Dauerkatheter oder Einmal-katheter.

Urodynamische Untersuchung (Video-Urodynamik)

Untersuchungsmethode, die die Druckverhältnisse in der Blase erfasst; ermöglicht die Feststellung des maximalen Blasenvolumens und dadurch, den Zeitpunkt des unfreiwilligen Urinverlustes zu bestimmen; bedeutsam für die individuelle Festlegung der Katheterisierungsfrequenz.

Urogramm

Röntgenkontrastmitteluntersuchung zur Beurteilung des Nierenbeckens und der Harnleiter; angewendet bei wiederkehrenden Harnwegsinfektionen zum Ausschluss von Fehlbildungen und Lageveränderungen, bei Blut im Urin zum Ausschluss von Tumoren oder Steinen und Steinleiden.

Zwischenanamnese

Erfassung des Krankheitsverlaufs zwischen zwei Arztbesuchen.





Bestellen Sie Ihr persönliches Coloplast Musterpaket



Entgelt zahlt Empfänger

Antwort

Coloplast GmbH
Beratungsservice
Kuehnstraße 75
22045 Hamburg



*Bitte ausfüllen, Klebestreifen abziehen,
zukleben und kostenfrei versenden!*

230N IP 146 Z_05/21

Musterbestellung

Interessieren Sie sich für weitere Informationen?

- Ratgeber für Kinder zum intermittierenden Selbstkatheterismus (IP.144)
- Ratgeber für Darmmanagement (IP.443)
- Informationsbroschüre – Peristeen® System zur analen Irrigation (IP.178)
- Informationsbroschüre – Peristeen® Anal-Tampons (IP.109)

Einmalkatheter für Frauen

- SpeediCath® Compact CH06 CH08 CH10 CH12 CH14 CH18
- SpeediCath® Compact Eve CH10 CH12 CH14
- SpeediCath® Compact Set (mit integrierter Beute) CH10 CH12 CH14

Einmalkatheter für Männer

- SpeediCath® Flex CH10 CH12 CH14 CH16
- SpeediCath® Flex im Taschenformat CH10 CH12 CH14
- SpeediCath® Compact CH12/18
- SpeediCath® Compact Set (mit integrierter Beute) CH12/18

Absender

- Herr* Frau* Anwender/-in* Angehörig/-r*

Name, Vorname*

Straße, Nr.*

PLZ, Ort*

Telefon*

E-Mail

DE...CC...Ratgeber...ISK

*Erforderliche Angaben.

Um Ihre Musterbestellung zu erhalten, müssen Sie eine der folgenden Einwilligungen ankreuzen und unterschreiben. Wenn Sie mit uns in Kontakt bleiben wollen und exklusiv Vorabinformationen über neue Coloplast-Produkte und Services erhalten möchten, kreuzen Sie bitte die erste Option an. Wenn Sie nur Ihre Musterbestellung erhalten möchten, kreuzen Sie bitte die zweite Option an.

Datenschutzrechtliche Einwilligung zur werblichen Kontaktaufnahme

(inklusive Produktmustersend)

Hiermit erkläre ich, dass meine vorstehend gemachten Angaben und personenbezogenen Daten (z. B. Name, Adressdaten) und insbesondere meine Gesundheitsdaten (z. B. Angaben zu meiner Erkrankung und Versorgung) von der Coloplast GmbH gespeichert, verarbeitet und genutzt werden dürfen, um mich zu Werbezwecken (per Post, E-Mail, Telefon, SMS, Fax, Chat, oder Social-Media-Kanäle) über Coloplast-Produkte, Coloplast-Dienstleistungen und Patientenberatungsprogramme zu informieren, an allgemeinen auf meine Erkrankung und Versorgung bezogenen Informationen teilhaben zu lassen oder zur Durchführung von Marktforschungs- und Zufriedenheitsbefragungen zu kontaktieren. Zu diesem Zweck können meine Angaben auch innerhalb der Coloplast-Unternehmensgruppe (auch in Ländern außerhalb der EU) sowie an Dienstleister der Coloplast-Unternehmensgruppe übermittelt werden.

Datenschutzrechtliche Einwilligungserklärung für den Versand

von Produktmustern

Ich willige ein, dass Coloplast und Dritte, die im Namen von Coloplast handeln, meine persönlichen Daten (Name, Adresse) und meine Kontaktdaten (z. B. Telefon und E-Mail) sowie meine besonders geschützten Daten (z. B. Angaben über meine Erkrankung, Versorgung sowie mein gewünschtes Produkt) verarbeiten können, um mich bei der Auswahl eines Produktmusters telefonisch oder über ein anderes Kommunikationsmittel (z. B. E-Mail oder Chat) zu beraten und mir ein gewünschtes Produktmuster zu liefern. Ich werde ggf. kontaktiert, um die korrekte Anwendung des Produktmusters sicherzustellen und die Zufriedenheit mit dem Produktmuster zu erfragen. Meine personenbezogenen Daten werden nur für die Dauer der oben genannten Zwecke gespeichert und im Anschluss gelöscht, sofern keine gesetzlichen Aufbewahrungsfristen entgegenstehen oder ein anderer rechtmäßiger Grund zur Speicherung besteht.

Mir ist bewusst, dass ich meine Einwilligung künftig jederzeit ganz oder teilweise durch eine an die Coloplast GmbH, Kuelnsstraße 75 in 22045 Hamburg, zu richtende Erklärung widerrufen kann. Die Verarbeitung meiner Angaben erfolgt nur, soweit dies zur Erfüllung des jeweiligen Zwecks erforderlich ist. Weitere Informationen über die Verarbeitung und den Schutz meiner Daten erhalte ich unter www.coloplast.de/datenschutz

Ort, Datum

Unterschrift

Coloplast entwickelt Produkte und Serviceleistungen, die das Leben von Menschen mit sehr persönlichen medizinischen Bedürfnissen erleichtern. In enger Zusammenarbeit mit Fachkräften und Anwendern finden wir gemeinsam neue Wege für eine bessere Versorgung.

Wir vertreiben hochwertige Produkte für die Stoma-, Kontinenz- und Wundversorgung sowie für die Hautpflege und die Urologie. Darüber hinaus bieten wir in Deutschland auch Homecare-Dienstleistungen an. Wir sind ein weltweit operierendes Unternehmen mit mehr als 12.000 Mitarbeitern.

Ostomy Care / Continence Care / Wound & Skin Care / Interventional Urology



Cel-Nr. 2101765/230N IP 146 Z / PM-16116

Coloplast GmbH, Postfach 70 03 40, 22003 Hamburg, Tel. 040 669807-77, Fax 040 669807-48, service@coloplast.com
www.coloplast.de The Coloplast logo is a registered trademark of Coloplast A/S. © 2021-05. All rights reserved Coloplast A/S

Coloplast GmbH
Postfach 70 03 40
22003 Hamburg
Tel. 040 669807-77
Fax 040 669807-48
service@coloplast.com