Rośnij i czuj się pewnie!

Przewodnik dla rodziców – jak radzić sobie z cewnikowaniem

Coloplast

Każde dziecko potrzebuje wsparcia rodziców

Wszyscy rodzice kochają swoje dzieci. Jednak bycie rodzicem dziecka z rozszczepem kręgosłupa lub innymi schorzeniami czyni Twoją rolę jeszcze bardziej wyjątkową.

Do obowiązków rodzicielskich należy dopilnowanie by, dziecko było nakarmione, zaopiekowane i czyste. Tak samo jest w przypadku dziecka z dysfunkcjami. Ponieważ Twoje dziecko ma problem z normalnym chodzeniem do toalety, wymaga pomocy przy opróżnianiu pęcherza i jelit.

Ten przewodnik powstał po to, by pomóc Ci w codziennym życiu. Nie musisz oczywiście w 100% odwzorowywać zawartych w nim zaleceń. Być może wypracowałeś nieco inny sposób działania, który także spełnia potrzeby Twoje i Twojej rodziny. Są jednak podstawowe zasady opieki nad dzieckiem ze szczególnymi schorzeniami, których należy przestrzegać i które są opisane w tym materiale.

Przed rozpoczęciem opróżniania pęcherza lub jelit powinieneś zawsze skonsultować się z lekarzem lub pielęgniarką, by uzyskać właściwe zalecenia.

Odwiedź stronę www.coloplast.pl, na której znajdziesz animowane instrukcje korzystania z produktów ***SpeediCath***.

Uważnie zapoznaj się z tym przewodnikiem, by jeszcze lepiej wspierać swoje dziecko na co dzień.

Opróżnianie pęcherza *u dzieci*

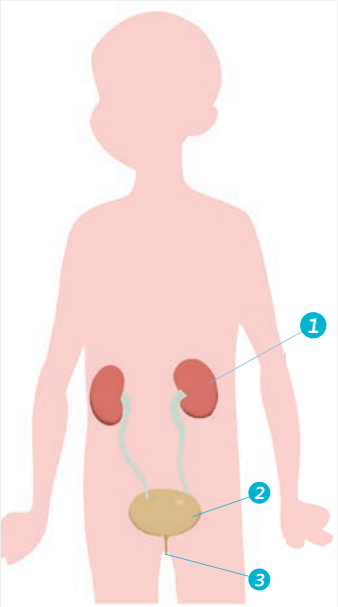
Właściwe opróżnianie pęcherza to mniejsze ryzyko infekcji

Wraz z moczem organizm wydala nadmiar wody i zbędnych produktów przemiany materii. Mocz jest wytwarzany przez nerki, które mają kształt przypominający fasolkę, a następnie transportowany do pęcherza, skąd wydostaje się na zewnątrz przez cewkę moczową.

1 – nerki

2 – pęcherz moczowy

3 – cewka moczowa



Jeśli pęcherz Twojego dziecka nie będzie regularnie opróżniany, może dojść do infekcji. Rozpoczyna się ona w pęcherzu, ale może zaatakować także nerki i poważnie je uszkodzić. Nawet niewielka ilość moczu zalegająca w pęcherzu może spowodować zakażenie układu moczowego. Zasadniczo pęcherz powinien być opróżniany 4-6 razy dziennie, to znaczy co 3-4 godziny, z 6-8 godzinną przerwą nocną.

Opróżnianie pęcherza dziecka za pomocą cewnika

Większość dzieci z rozszczepem kręgosłupa nie może oddawać moczu w naturalny sposób. Twoje dziecko może nie mieć żadnej kontroli nad oddawaniem moczu i może nie być w stanie całkowicie opróżnić swojego pęcherza. Stosowanie cewnika fabrycznie pokrytego powłoką hydrofilową ułatwia Twojemu dziecku oddawanie moczu.

Czym jest cewnikowanie przerywane (IC)?

Jest to termin stosowany przez lekarza lub pielęgniarkę do określenia metody opróżniania pęcherza za pomocą cewnika. Cewnik wprowadza się delikatnie do cewki moczowej, z której wydobywa się mocz, by opróżnić pęcherz. Zabieg powtarza się przynajmniej 4-6 razy dziennie.

Twoja pomoc jest ważna

Do około 5 roku życia Twojego dziecka będziesz musiał pomagać mu w opróżnianiu pęcherza. Mimo tego, że może się to wydawać na początku trudne, większość osób szybko przyzwyczaja się do tej czynności.

Kiedy Twoje dziecko zacznie przejawiać zainteresowanie zabiegiem cewnikowania, zwykle między trzecim a piątym rokiem życia, powinieneś zacząć je uczyć samodzielnego opróżniania pęcherza, w zależności od rozwoju fizycznego i emocjonalnego.

Unikaj infekcji, regularnie opróżniając pęcherz swojego dziecka.

Jak często powinienem opróżniać pęcherz mojego dziecka?

Twój lekarz lub pielęgniarka przygotuje harmonogram opróżniania pęcherza dla Twojego dziecka. Pęcherz powinien być zwykle opróżniany 4-6 razy dziennie. Nie musisz opróżniać pęcherza dziecka w nocy, pod warunkiem, że zrobisz to zaraz przed położeniem go spać. Przerwa nocna powinna trwać 6-8 godzin.
Na początku dobrze jest monitorować, ile dziecko pije każdego dnia i ile moczu wydala jego organizm. Możesz to zrobić, przelewając mocz wydostający się z cewnika do pojemnika z podziałką i zapisując jego ilość w tabeli. Przykładowy wzór znajdziesz na stronie 14 niniejszego przewodnika. Jeśli nie jesteś pewien jak powinno to wyglądać w przypadku Twojego dziecka, poproś lekarza lub pielęgniarkę, by pomogli Ci opracować odpowiedni dla Was harmonogram.

Po wdrożeniu harmonogramu rób notatki i trzymaj się go!

WSKAZÓWKI

- Jeśli Twoje dziecko jest zbyt małe, by prosto usiąść, podłóż poduszkę pod jego plecy, by je podeprzeć. Ułatwi to całkowite opróżnienie pęcherza.
- Jeśli Twoje dziecko umie już prosto usiąść, pozwól mu usiąść w normalny sposób. Siedzenie jest najlepszą pozycją do opróżniania pęcherza.
- Pamiętaj, by przestrzegać regularnego harmonogramu.
- Na wypadek, gdybyś musiał wyjechać, powinieneś nauczyć jeszcze kogoś z Twojego otoczenia, jak prawidłowo przeprowadzić proces cewnikowania dziecka.
- Podczas opróżniania pęcherza dziecka, rozmawiaj z nim o tym, co robisz, by samo zaczęło się uczyć cewnikowania.
- Pamiętaj, by zmieniać rozmiar cewnika wraz ze wzrostem dziecka. Zwróć się o poradę do lekarza lub pielęgniarki.

Jak używać cewników

Zadbaj o komfort dziecka

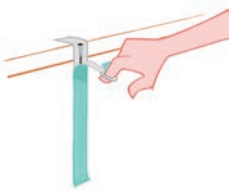
Cewnikowanie dobrze jest przeprowadzać na przewijaku w sypialni lub łazience. Pamiętaj, by podłożyć poduszkę pod plecy dziecka. Kiedy Twoje dziecko jest starsze, może siadać na toalecie.

WSKAZÓWKI
Możesz mieć pod ręką zabawki, książki lub jakiś inny umilacz czasu dla swojego dziecka. Dzięki temu proces cewnikowania będzie przyjemniejszy.

1. Przygotuj się

Upewnij się, że masz pod ręką wszystko, czego potrzebujesz: cewnik, mydło o neutralnym pH, waciki bawełniane i ewentualnie pojemnik z podziałką lub worek do zbiórki moczu.

2. Umyj i osusz ręce



3. Przygotuj cewnik SpeediCath

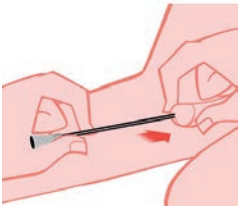
Jeśli cewnik był przechowywany w pozycji pionowej, należy obrócić go do pozycji poziomej tak, aby roztwór soli fizjologicznej został równomiernie rozprowadzony. Powieś opakowanie, przyklejając je w zasięgu ręki. Otwórz górną część opakowania i pociągnij w dół, do momentu, gdy cała złączka będzie widoczna. Jeżeli będziesz używał worka do zbiórki moczu to jest to odpowiedni moment by połączyć go z cewnikiem.

4. Umyj dziecko

Umyj penis. Delikatnie odciągnij napletek i umyj żołądź bawełnianym wacikiem. Każdy wacik powinien być użyty tylko do jednorazowego przeciągnięcia po skórze. Od tego momentu trzymaj naciągnięty napletek.

5. Wyjmij cewnik z opakowania

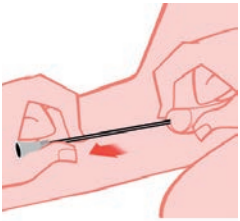
Uważaj, by cewnik nie dotknął niczego np. skóry/ ubrania. Jeśli tak się stanie, należy użyć nowego cewnika. Pierwsze kilka centymetrów cewnika nie jest powleczone powłoką. W tym miejscu również możesz chwycić cewnik.



6. Delikatnie wsuń cewnik

Jeżeli będziesz używał pojemnika z podziałką upewnij się, że znajduje się on w pobliżu, by użyć go w odpowiedniej chwili.

Przytrzymaj penis skierowany do góry w kierunku brzucha. W tej pozycji wprowadzenie cewnika do pęcherza będzie łatwiejsze. Delikatnie ściśnij żołądź penisa, by otworzyć cewkę moczową i powoli wsuń cewnik w cewkę, aż dotrze do pęcherza, a z cewnika zacznie wypływać mocz. Następnie wsuń go nieco głębiej. (Ilustracje pokazują cewnik SpeediCath).



7. **Powoli wyjmij cewnik**
   Kiedy mocz przestanie wypływać z cewnika, powoli go wyciągnij. Jeśli używasz cewnika z prostą końcówką, obracaj go nieco podczas wyciągania. Jeżeli z cewnika znowu zacznie wypływać mocz, poczekaj, aż przestanie i dopiero wtedy wysuń cewnik.

8. **Wyrzuć cewnik**
   Włóż zużyty cewnik z powrotem do opakowania i wrzuć go do kosza na śmieci razem ze zużytymi wacikami.

9. **Umyj i osusz ręce**

10. **Pochwal swoje dziecko i zachęć je małą nagrodą po zakończeniu cewnikowania.**

Często zadawane pytania

Czy cewnikowanie jest bolesne dla mojego dziecka?
Nie. Twoje dziecko może czuć nieznaczny ucisk przy wprowadzaniu cewnika. Jeśli powoduje to u niego dyskomfort, lub jeśli masz trudność z wsunięciem cewnika, zrób krótką przerwę. Poproś dziecko, by się zrelaksowało i wzięło głęboki oddech. Porozmawiaj z lekarzem lub pielęgniarką, jeśli dziecko odczuwa ból podczas cewnikowania.

Co zrobić, jeśli po wyjęciu cewnika znajduje się na nim krew?
Pojedyncze kropelki krwi na cewniku nie są niczym zaskakującym. Jeśli są małe, a Twoje dziecko nie odczuwa bólu, nie ma się o co martwić. Jeśli jednak dochodzi do krwawienia lub Twoje dziecko odczuwa ból, porozmawiaj z lekarzem lub pielęgniarką.

Czy mogę po prostu opróżniać pęcherz dziecka rano i wieczorem?
Nie. Powinieneś stosować się do zaleconego przez lekarza lub pielęgniarkę harmonogramu. Zasadniczo pęcherz powinien być opróżniany przynajmniej 4 do 6 razy dziennie.

Czy mogę podawać dziecku mniej płynów i rzadziej opróżniać mu pęcherz?
Nie. Bardzo ważne jest, by Twoje dziecko piło wystarczająco dużo płynów. Pomaga to zadbać o dobrą kondycję układu moczowego.

Co zrobić, jeśli mocz wygląda mętnie lub jest ciemny i pachnie inaczej niż zazwyczaj?
Może to świadczyć o tym, że Twoje dziecko ma infekcję. Skonsultuj to z lekarzem lub pielęgniarką.

Co zrobić, jeśli podczas cewnikowania mocz wypływa niekontrolowanie poza cewnikiem?
Należy skonsultować się z pielęgniarką lub lekarzem, być może to sygnał, że należy zmienić cewnik na kolejny, większy rozmiar.

Upewnij się, że wiesz, w jaki sposób właściwie i bezpiecznie opróżniać pęcherz swojego dziecka

Opróżnianie jelit *u dzieci*

Irygacja jelit nie jest zalecana u dzieci poniżej trzeciego roku życia

Większość dzieci z rozszczepem kręgosłupa potrzebuje pomocy rodziców przy opróżnianiu jelit. Irygacja jelit to skuteczny i bezbolesny sposób na ich opróżnianie. Jeśli będziesz ją regularnie stosować, zadbasz o większy komfort swojego dziecka i zapobiegniesz problemom, takim jak zaparcia.

Na czym polega irygacja jelita?

Woda jest wpompowywana do jelita za pomocą cewnika rektalnego. Pubudza jelito i wypłukuje stolec. Proces trwa około 30-45 minut. Po irygacji jelito jest czyste i puste przez przynajmniej jeden dzień.

Twoja pomoc jest ważna

Do czasu, kiedy Twoje dziecko nauczy się robić to samodzielnie, musisz zadbać o to, by irygacja była przeprowadzana we właściwy i bezpieczny sposób.

Wypracuj odpowiednią metodę działania i regularny harmonogram, który sprawdzi się w Waszym przypadku. Zachęcaj dziecko, by aktywnie uczestniczyło w tym procesie. Kiedy podrośnie, będzie przeprowadzało irygację samodzielnie.

Jeśli irygacja nie jest wykonywana regularnie, Twoje dziecko może odczuwać dyskomfort i cierpieć na:

- **Zaparcia** – bardzo nieprzyjemne uczucie. Powoduje ból podbrzusza, może osłabiać apetyt i powodować rany wokół odbytu.
- **Infekcje** – infekcje dróg moczowych to częsty skutek uboczny zatwardzenia.
- **Wyciekanie** – dochodzi do niego, gdy jelito jest przepełnione

Unikaj problemów, regularnie płucząc jelita swojego dziecka

Jak często należy przeprowadzać irygację?

Irygację jelita należy przeprowadzać co drugi lub trzeci dzień. Postaraj się wypracować schemat postępowania tak, by przeprowadzać zabieg mniej więcej o tej samej porze dnia. Jedzenie i picie pobudzają jelito, więc 30 minut po posiłku jest najlepszą porą na wykorzystanie naturalnej aktywności jelita. Możesz modyfikować harmonogram tak, aby współgrał on z waszym życiem rodzinnym. Najważniejsza jest cierpliwość i regularność.

WSKAZÓWKI

- Zaczynając irygację jelita, dobrze jest założyć notes, w którym będziesz zapisywał datę irygacji, ilość użytej wody i rezultaty zabiegu. Może to pomóc Ci dostosować przebieg zabiegu i harmonogram do potrzeb Twojego dziecka.
- Możesz wykorzystać przykładowy wzór do robienia notatek, znajdujący się na stronie 14 niniejszego przewodnika.

Wdróż harmonogram i trzymaj się go!

Harmonogram opróżniania pęcherza

Data	Godzina						Mocz (ml)						Spożycie płynów					
13/8	8:10	11:00	13:50	17:15	20:10		40	20	60	65	50		150	130	145	150	130	

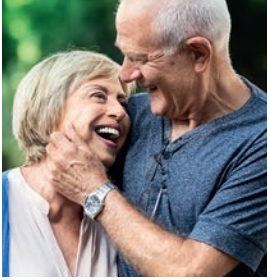
Przykładowe dane wpisane w ten harmonogram dotyczą niemowlaka. Ilość wydalanego moczu będzie się różniła w zależności od ilości wypijanych płynów, wieku i ewentualnego naturalnego oddawania moczu.

Program Coloplast Care

Edukacja i wsparcie w samocewnikowaniu

Coloplast

Coloplast® Care



Coloplast Care

Dołącz do programu Coloplast Care, aby otrzymać:

- dedykowanego teleopiekuna / specjalistę na infolinii
- pomoc w rozwiązywaniu problemów związanych z cewnikowaniem przerywanym
- biuletyny informacyjne dotyczące życia z neurogenną dysfunkcją pęcherza
- możliwość przetestowania cewników urologicznych dopasowanych do indywidualnych potrzeb
- informację o refundacji, poradniach uroterapeutycznych, ważnych adresach na danym terenie

Aby przystąpić do programu Coloplast Care

wystarczy wypełnić formularz programu Coloplast Care u Twojej pielęgniarki lub u Twojego lekarza albo na stronie www.coloplast.pl/care

Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej o programie Coloplast Care zadzwoń na numer bezpłatnej infolinii 800 300 300.

Telefoniczne Centrum Pacjenta Coloplast
800 300 300

Coloplast® Care

SPINA

Fundacja SPINA
ul. Medyków 16, 40-752 Katowice
tel. 503 005 408
fundacja@spina.com.pl
www.spina.com.pl

Coloplast Sp. z o.o., ul. Inflancka 4, 00-189 Warszawa. www.coloplast.pl

Logo Coloplast jest zastrzeżonym znakiem towarowym stanowiącym własność Coloplast A/S.
© 05/2021. Wszystkie prawa zastrzeżone. 5a/IC/EDU/PLANME/P/05/2021

Coloplast