

**SpeediCath®**

 **Coloplast**

Život s intermitentnou katetrizáciou



# Obsah

Močový systém . . . . .	3
Neurogénny močový mechúr . . . . .	4
Komplikácie neurogénneho mechúra . . . . .	5
Intermitentná katetrizácia ako liečba neurogénneho mechúra . . . . .	6
Katétre SpeediCath . . . . .	7
Ako používať SpeediCath - muži, ženy . . . . .	8, 9
SpeediCath Compact pre mužov, pre ženy, SpeediBag Compact . . . . .	10
Ako používať SpeediCath Compact - muži, ženy . . . . .	11
Ako často by ste sa mali katetrizovať . . . . .	12
Aký katéter by ste mali použiť . . . . .	13
Intermitentná katetrizácia vo vašom každodennom živote . . . . .	14
Dodržiavanie vášho rozvrhu intermitentnej katetrizácie . . . . .	15
Tipy a rady . . . . .	16
Športové a telesné aktivity . . . . .	17
Sexuálny život . . . . .	18
Žažkosti s nadobudnutím, alebo udržaním erekcie . . . . .	19
Cestovanie . . . . .	20
Pitný režim . . . . .	21
Služby a kontakty . . . . .	22
Tabuľka pomôcok . . . . .	23

# Močový systém

Hlavnou funkciou močového systému je tvorba a odvádzanie moču, tým dochádza k odstraňovaniu odpadových látok a k regulácii rovnováhy tekutín.

Moč produkujú obličky. Krv sa tu filtriuje a odpadové látky sa vylučujú do moču.

Moč je odvádzaný z obličiek pomocou močovodov do močového mechúra, kde sa zhromažďuje, pokiaľ nie je pociťované nutkanie k močeniu a močenie sa môže uskutočniť.

Mechúr sa v priebehu dňa vyprázdiuje pravidelne každé 3 – 4 hodiny.

Počet nutkaní na močenie závisí od niekolkých faktorov, ako je príjem tekutín, fyzická aktivita a kapacita močového mechúra.

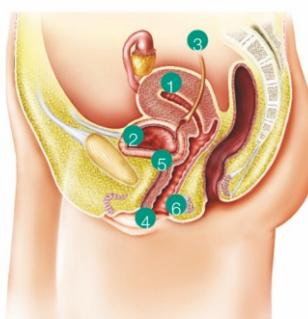
Napr. keď vypijete 1,5 litra tekutín za deň a kapacita močového mechúra je 400 ml, budete močiť 4 x za deň. Pokiaľ vypijete dvojnásobok, bude vaša potreba močiť dvakrát taká častá.

Intermitentná katetrizácia je alternatívou cestou močenia a zvyčajne sa vykonáva, keď človek nie je schopný močiť prirodzene alebo nie je schopný kompletne vyprázdiť svoj močový mechúr.

## Močový systém ženy

Pohľad z boku:

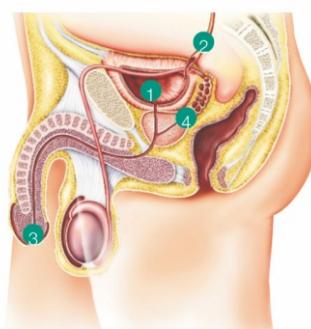
1. Maternica
2. Močový mechúr
3. Močovod
4. Močová rúra
5. Ústie močového mechúra
6. Pošva



## Močový systém muža

Pohľad z boku:

1. Močový mechúr
2. Močovod
3. Močová rúra
4. Prostata



## Neurogénny močový mechúr

Existuje niekoľko dôvodov prečo majú niektorí ľudia problémy s močením.

Najčastejšie sú:

- Neurologické traumy:
  - po úrade, napr. poškodenie miechy typu tetra – alebo paraplegia - následok neurologického ochorenia, napr. roztrúsená skleróza, cukrovka alebo Parkinsonova choroba
  - ako následok operácie v panvovej oblasti
  - zväčšená prostata
  - po pôrode
  - po anestézii
- Vrodené deformity typu rázštepu chrbtice
- Liečba liekmi s negatívnymi účinkami na funkciu močového mechúra
- Zápcha

Nech je už dôvod akýkoľvek, moč nesmie zostávať v močovom mechúri, pretože môže spôsobiť infekciu, pokial' by tam zostal príliš dlho. Preplnený močový mechúr môže navyše zapríčiniť poškodenie obličiek a iné komplikácie. Pokial' je funkcia svalov močového systému poškodená a nedá sa zaistiť kompletné vyprázdenie močového mechúra, moč zostáva na dne močového mechúra. Takýto moč sa bežne označuje

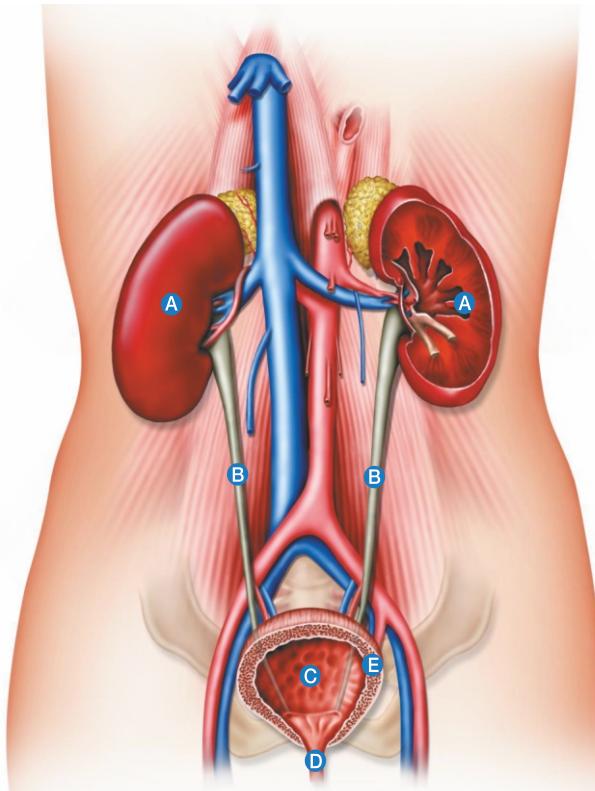
ako reziduálny moč a je potenciálne veľmi škodlivý, pretože baktériám poskytuje výborné podmienky na rast.

Pokial' nie je močový mechúr priebežne úplne vyprázdený každé 3 – 4 hodiny, baktérie budú mať vhodné podmienky na šírenie, a to môže viesť k symptomatickej infekcii močového mechúra. Liečba intermitentnou katetrizáciou zaistí správne vyprázdenie mechúra a tým minimalizuje močové infekcie a poškodzovanie až zlyhávanie obličiek.

U mužov tiež existuje špecifické ochorenie známe pod názvom ureterálna striktúra – zúženie močovej rúry, čo môže spôsobiť množstvo problémov s močením. Riešením je jednoduchá operácia, ktorá sa nazýva ureterotómia, pokial' nedôjde po operácii k zhojeniu a nepominie riziko uzavretenia striktúry, ktoré teraz sa ešte chvíľu musí používať.

V prípade zväčšenej prostaty môže byť močová rúra čiastočne alebo úplne uzavretá, čo bráni vyprázdeniu močového mechúra. Môže to spôsobiť vznik reziduálneho moča a zvýšiť riziko infekcie močového systému.

# Komplikácie neurogénneho mechúra

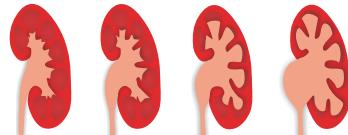


- A. Oblička
- B. Močovody
- C. Močový mechúr
- D. Močová rúra
- E. Stena mechúra - detrusor

- F. Zvierač - sfinkter
- G. Zvyškový moč
- H. Infekcie močových ciest
- I. Močové kamienky
- J. Inkontinencia moču

## 5. Poškodzovanie až zlyhanie obličky

Poškodenie ako výsledok tlaku moču na parenchym obličky (ureterohydronefroza v dôsledku staženého odtoku moču z obličky do mechúra)

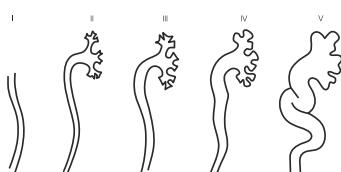


Obr. 1. Normálny stav      Obr. 2 - 4 Stupeň hydronefrozy

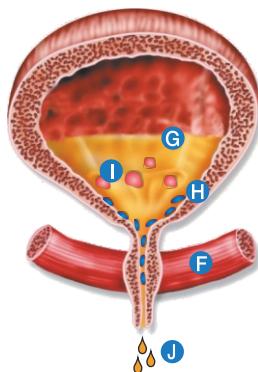
## 4. Spätný tok moču do obličky

Rozšírenie močovodu

Stupeň vekukureterálneho refluxu



## 3. Infekcie močových ciest



## 2. Inkontinencia a retencia moču

## 1. Neúplné vyprázdenie mechúra - zvyškový moč

# Intermitentná katetrizácia ako liečba neurogénneho mechúra a prevencia komplikácií

Katetrizácia znamená vyprázdenie močového mechúra katéptom a rozlišujeme medzi permanentnými (trvalými) a intermitentnými katétrami.

**Permanentné katétre** sa zavádzajú močovou rúrou do močového mechúra a odvádzajú moč priebežne do urinálneho zberného vrecka. Permanentný katéter sa väčšinou ponecháva v močovom mechúre niekoľko dní, pokiaľ neskončí liečba, alebo dovtedy, kým by bolo ďalšie ponechávanie neodôvodnené vzhľadom k riziku infekcie, blokády alebo ďalších komplikácií.

**Intermitentné katétre** sú jednorazové katétre, ktoré sa tiež zavádzajú močovou rúrou, ale ponechávajú sa zavedené iba tak dlho, pokiaľ sa močový mechúr nevyprázdní. Potom sa katéter odstráni. Intermitentná katetrizácia sa preto môže opakovať niekoľkokrát za deň. Pokiaľ je dobre zvládnutá, je táto technika jednoduchá, čistá a nevedie k rade problémov, ktoré vznikajú používaním permanentných katétrov. Táto metóda tiež najviac pripomína normálne močenie. Čistá intermitentná autokatetrizácia (ČIK) sa robí použitím sterilného katétru, čistými umytými rukami. ČIK sa často nazýva čistá intermitentná autokatetrizácia, čo naznačuje, že sa jedná o procedúru, ktorú si môžeme robiť sami. ČIK je považovaná za najväčší pokrok v liečbe porúch močenia a prvou voľbou pri porušení inervácie močového systému.

## Výhody intermitentnej katetrizácie

Intermitentná katetrizácia je považovaná za prvú voľbu v liečbe neurogénnych porúch močenia. Jedná sa o bezpečnú a overenú metódu. Hlavnou výhodou je zníženie výskytu infekcie močového systému a ochrana obličiek pred poškodzovaním až zlyhaním. Katetrizácia je liečba a nemôže byť svojvoľne nahradená inými pomôckami, napr. plienkami, vložkami, permanentným katéptom, urinálnym kondómom a pod.

**Pre praktický každodenný život znamená intermitentná katetrizácia zlepšenie kvality života:**

- ovládanie režimu vyprázdňovania = viac nezávislosti a sebavedomia
- možnosť sa zúčastňovať na spoločenských a športových aktivitách
- takmer normálny spôsob močenia (oproti permanentnému katétru)
- zvýšená sexualita (bez negatívneho vplyvu permanentného katétra, viac sebavedomia, dlhší interval bez úniku moču)

Aby ste dosiahli všetky uvedené výhody je potrebné zaradiť katetrizáciu do vašej dennodennej rutiny.

## Katétre SpeediCath

Katétre SpeediCath sú inovovaná rada jednorazových lubrikovaných katétrov pre intermitentnú katetrizáciu. Sú balené v sterilnom fyziologickom roztoku, čo ich robí pripravenými na okamžité použitie. SpeediCath katétre sú bezpečné, hygienické a ponúkajú jednoduchosť používania, väčší komfort a minimálne riziko mikroporanení močovej rúry pre jednotlivcov, ktorí sa potrebujú katetrizovať.

### Hydrofilná vrstva

Vysoká kvalita, rovnomernosť a stálosť hydrofilného povlaku na katétroch SpeediCath, zabezpečujú nižšie trenie v porovnaní s nepovlečenými katérami a štandardnými hydrofilnými katérami. Veľmi klzky povrch katétra znižuje riziko dlhodobých komplikácií. Nakoľko sa zavádzanie katétra opakuje niekoľkokrát denne, kvalita, rovnomernosť a stálosť hydrofilného povlaku je rozhodujúca.

### Očká

Hladké očká katétrov SpeediCath umožnia stene močovej rúry hladko kízať po očkách, bez toho aby bola sliznica močovej rúry vtiahnutá dovnútra očka počas zavádzania. Táto výhoda rady SpeediCath má za cieľ minimalizovať diskomfort a riziko poškodenia močovej rúry. Očká sú vyrazené ešte pred nanesením hydrofilnej vrstvy, pričom sa využíva proces špeciálne vyvinutý pre SpeediCath, s cieľom vytvoriť hladký povrch medzi očkom a katérom.

### Hrot a konektor

Hroty SpeediCath rady zahrňujú typy Nelaton alebo Tiemann, záleží na type

vybraného katétra. Nelaton ukončenie je rovné a zaokruhlené, Tiemann ukončenie je tvrdšie a jemne zahnuté, aby sa zabezpečila ľahšia priechodnosť úzkych pasáži, ako napríklad zväčšené tkanivo prostaty.

Farba konektoru indikuje jeho veľkosť. Je založená na medzinárodných štandardoch, ktoré používajú mieru Chariére (CH) číslovací systém. Zjednodušuje to identifikáciu správnej veľkosti a zvyšuje bezpečnosť.

### Balenie

SpeediCath katétre sú ponorené v malom množstve (5 – 10 ml) sterilného fyziologického roztoku. Skracuje to čas na prípravu katétra, lebo už nie je potrebná externá voda. Katétre sú balené po 30 kusov.



# Ako používať SpeediCath

## Pre mužov

Pred autokatetrizáciou sa vždy pokúste vymočiť prirodzene. Umyte si ruky mydlom a vodou. Stiahnite predkožku a umyte penis vodou. Spravidla je dostačujúce ak tak urobíte dvakrát denne, ráno a večer.

### Krok 1



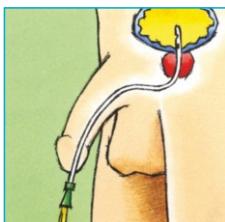
Pripravte katéter podľa návodu na použitie. Otvorte obal katétra na oboch koncoch, vylejte fyziologický roztok z obalu, uchopte katéter cez stenu obalu podľa obrázku.

### Krok 2



Držte penis zdvihnutý smerom k bruchu, ale nestláčajte ho. Stláčanie by sťažovalo zavedenie katétra. Vytiahnite katéter z obalu. Opatrne a pomaly zasúvajte katéter do močovej rúry. Ak pocípite odpór pri zasúvaní katétra, dajte penis trochu nižšie a opatrne pokračujte až kým moč začne vytokať. Aby ste si boli istý, že moč nezačne tiečť skôr, ako budete pripravený, môžete ohnúť koniec katétra. Ak máte na katéter pripojené urinálne zberné vrecko, nie je to nutné.

### Krok 3



Ked' pocípite, že katéter prechádza zvieračom, penis môžete namieriť do toalety. Ak by sa vám zdal katéter trochu klzký pri zavádzaní, alternatívny spôsob je otvoriť vrecko zospodu, vypustiť vodu a držať katéter počas zavádzania do močovej rúry cez vrecko.

### Krok 4



Ked' moč prestal vytokať, pomaly vyťahujte katéter. Je dôležité, aby v mechúri nezostal žiadny moč. Preto vyskúšajte pohnúť spodnou časťou tela, aby sa dosiahlo úplné vyprázdenie. Po vytiečení moču zo zavedeného katétra, upchajte prstom konektor a vytiahnite katéter. Vytvorí sa podtlak a takto odíde aj posledná kvapka. Použitý katéter dajte späť do vrecka a zahodte. Nakoniec si umyte ruky.

# Ako používať SpeediCath

## Pre ženy

### Krok 1



Umyte si ruky mydlom a vodou. Roztiahnite pysky ohanbia a umyte okolie ústia močovej rúry. Umývajte sa smerom ku konečníku, čím zabránite infikovaniu močového mechúra baktériami z konečníka. Spravidla je dostačujúce sa takto umývať dvakrát denne, ráno a večer.

### Krok 2



Pripravte si katéter podľa návodu na použitie. Vytiahnite katéter z obalu, prípadne otvorte obal zospodu a vypustite vodu. Katéter môžete držať za obal vrecka.

### Krok 3



Nájdite ústie močovej rúry a jemne zavedeťte katéter, pokiaľ moč nezačne vytiekať. Na začiatku možno bude pre vás výhodné používať zrkadielko, ktoré vám umožní sledovať kam katéter zavádzate. Aby ste si bola istá, že moč nezačne tiecť skôr, ako budete pripravená, môžete ohnúť koniec katétra. Ak máte na katéter pripojené urinálne zberné vrecko, nie je to nutné.

### Krok 4



Ak moč prestal vytiekať, pomaly vytahujte katéter. Je dôležité, aby v mechúri nezostal žiadny moč. Preto vyskúšajte pohnúť spodnou časťou tela, aby sa dosiahlo úplné vyprázdenie. Po vyečení moču zo zavedeného katétra, upchajte prstom konektor a vytiahnite katéter. Vytvorí sa podtlak a takto odíde aj posledná kvapka. Katéter po použití zlikvidujte. Nesplachujte ho do toalety, ale ho dajte späť do vrecka a zahodte. Nakoniec si umyte ruky.

## SpeediCath® Compact pre mužov

### Kompaktný, praktický katéter pre každodenné používanie

Mnohí muži, užívatelia katérov, upozorňovali na nedostatok diskrétnosti pri používaní katérov, ako na dôležitý faktor. Katéter SpeediCath Compact pre mužov je vytvorený, aby naplnil potrebu diskrétnosti.

Výhody SpeediCath Compact:

- Podstatne menší ako štandardné katétre.
- Môže byť zavedený bez dotyku povlečenej časti.
- Bez obmedzenia účinnosti, bezpečnosti a hygieny.



## SpeediCath® Compact pre ženy

SpeediCath Compact je bezpečná a diskrétna voľba pre ženy, ktoré sa samocievkujú. SpeediCath Compact je vytvorený tak, aby vyhovoval krátkej ženskej močovej rúre. Katéter uzavretý vo svojom obale nie je dlhší ako rúž na pery. Preto je diskrétny a ľahko sa používa doma, aj mimo domova.

Výhody ženských katérov SpeediCath Compact:

- Všetky katétre sú pripravené na okamžité použitie vďaka hydrofilnému povlaku.
- Hydrofilný povlak je súčasťou katétra, a preto je súvislý, stabilný a rovnomerný.
- Minimálne trenie pre bezpečnú a jednoduchú katetrizáciu.



## SpeediBag® Compact

### Katetrizácia kdekolvek

Vrecko na zber moču SpeediBag Compact napojené na ženský katéter SpeediCath Compact dáva ženám voľnosť katetizovať sa kedykoľvek to potrebujú.

- Malé, skladné a praktické vrecko na moč.
- Ľahké pripojenie vrecka ku katétru.
- Bez ftalátov a PVC.

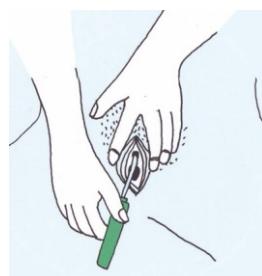
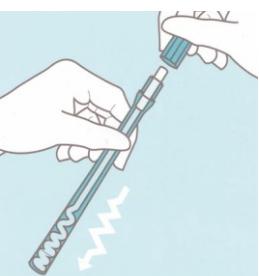
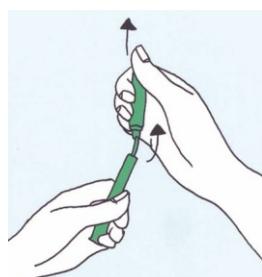
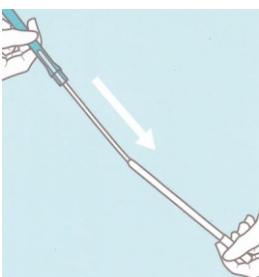
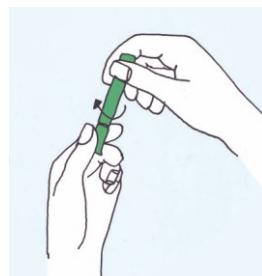
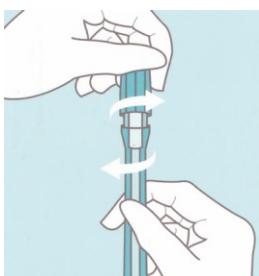
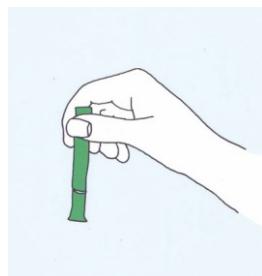


## Ako používať SpeediCath Compact

Pre mužov



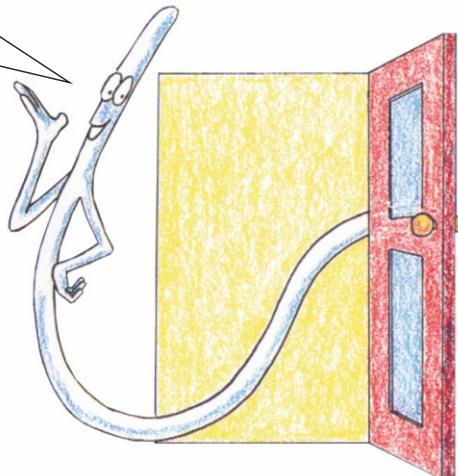
Pre ženy



## Deti

Ak malé deti vyžadujú katetrizáciu, sú to rodičia, ktorí ju vykonávajú. Deti sa môžu učiť autokatetrizácii od veku 4 – 5 rokov za predpokladu, že majú v rukách dostatočnú citlivosť na ovládanie tenkého katétra. Ak áno, deti by mali byť poučené o správnom používaní zdravotnou sestrou alebo lekárom.

*Dovoľte mi,  
aby som sa predstavil.  
Som cikaci katéter  
a pomáham deťom, ktoré  
majú problém cikat' sami.*



## Ako často by ste sa mali katetizovať?

Je to individuálne a závisí to od príčiny prečo by ste sa mali katetizovať. Počet cievkovaní za deň ovplyvňujú hlavne kapacita mechúra, tlak v mechúri a objem zvyškového moču (moč, ktorý zostane v mechúri po samovoľnom vymočení). Všetky tieto parametre sa nedajú pozorovať, ale môže ich odhaliť iba urolog. Preto je dôležité, aby ste sa vždy držali inštrukcií urologa. Pacienti sa snažia často samy určovať počet cievkovaní za deň, čo môže mať za následok zlyhanie metódy ČIK. Intermitentná katetrizácia sa považuje za liečbu neurogénnych porúch močenia, a preto je striktné dodržiavanie inštrukcií urologa nevyhnutné pre liečbu a minimalizovanie komplikácií. Je to podobné ako s užívaním a dávkovaním liekov. Štandardne sa pacienti cievkujú 4x denne, u detí to býva aj 5-7x za deň. Mnohí pacienti sa častého cievkovania boja s tým, že si môžu zaviesť infekciu časťm cievkováním. Tento názor pramení z nedostatku vedomostí. Je klinicky dokázané, že čím je viac cievkování denne, tým je menší výskyt močových infekcií. Rozhodujúci pre vytvorenie infekcie je zvyškový moč a čas (v hodinách), počas ktorého moč zostáva v mechúri a baktérie majú čas na rozmnoženie. Cievkováním sa mechúr úplne vycistí, zníži sa tlak a predchádza sa mnohým komplikáciám.

## Aký katéter by ste mali použiť?

Ženy používajú 20 cm dlhé ženské katétre. Muži môžu použiť buď rovné katétre (Nelaton) alebo katétre so zahnutým koncom (Tieman), oba v dĺžke 40 cm. Sestra vám pomôže nájsť najvhodnejšiu hrúbku. Ženy zvyčajne používajú veľkosti 10 a 12, muži 12 a 14. Pre chlapcov sú určené chlapčenské katétre v dĺžke 30 cm, pre deti detské v dĺžke 20 cm. Veľkosti, napr. 10, 12, 14 označujú hrúbku katétra v jednotke Charrier (CH). Každá veľkosť má v urológii svoju farbu. Napr. katéter s veľkosťou 12 (CH12) má koncovku v bielej farbe, katéter 14 (CH14) zelenú koncovku. Takto ľahko zistíte či máte správnu veľkosť katétra.

## Môže vás katetrizovať aj rodinný príslušník alebo ošetrovateľ?

Áno môžete, pokiaľ sa nemôžete katetrizovať samostatne. Musí však striktne dodržať hygienu, vašu aj jeho a nesmie sa dotykať samotného katétra, ale len farebnej koncovky.

## Čo robiť, keď sa vám nedá zaviesť katéter do močovej rúry?

Neskúšajte ďalej! Len by ste podráždili citlivé tkanivá. Dajte si horúci kúpeľ. Toto vám pomôže zrelaxovať. Potom skúste znova. Pokiaľ ani potom nebudete môcť zaviesť katéter, kontaktujte vášho lekára.

## Čo robiť, ak nemôžete vytiahnuť katéter?

Snažte sa zostať pokojný(á) – nepodlahnite panike! Čakajte 5 až 10 minút. Snažte sa trochu uvoľniť. Potom skúste znova. Ak ste neuspeli, pokúste sa kašlať, čím sa svalstvo zvierajúce katéter uvoľní. Ak nepomôže ani to, čo je veľmi nepravdepodobné, kontaktujte vášho lekára.

## Ako sú katétre hradené a kolko ich dostanete?

Zdravotnícke pomôcky sú v súčasnosti plne alebo čiastočne uhrádzané na základe verejného zdravotného poistenia. Pre zdravotnícke pomôcky pre autokatetizáciu platia množstvové limity, t.j. hradený je istý počet zdravotníckych pomôčok. Katétre pre ČIK sú plne hradené zdravotnými poistovňami v počte 120 kusov na mesiac, močové zberné vrecká 20 kusov na mesiac.

## Kategorizácia zdravotníckych pomôčok prináša možnosť navýšenia počtu intermitentných katétrov.

Z toho vyplýva, že ak máte potrebu cievkovať sa viac ako 4-krát denne (120 kusov na mesiac), musíte raz ročne absolvovať urodynamicke vyšetrenie, na základe ktorého môžete dostávať 150 kusov katétrov a cievkovať sa 5-krát denne, alebo až 180 kusov katétrov a cievkovať sa 6-krát denne. Túto potrebu však musí potvrdiť urodynamicke vyšetrenie.

## Ako si vybaviť nadlimitné množstvo pomôčok

V prípade, že vám tieto počty nepostačujú a je to zo zdravotného hľadiska odôvodnené, je možné požiadať o navýšenie počtu.

Postup je nasledovný:

1. Potrebujete žiadosť o súhlas zdravotnej poistovne s úhradou nadlimitného počtu zdravotníckych pomôčok. Žiadosť dostanete vo vašej zdravotnej poistovni, prípadne si ju môžete stiahnuť z webovej stránky poistovne.

2. Váš odborný lekár (urológ, gynekológ) žiadost vyplní.
3. Vypísanú a ošetrujúcim lekárom potvrdenú žiadosť zaneste na vašu zdravotnú poisťovňu.

Najčastejšie problémy pri vybavovaní žiadostí:

- Nekompletne vypísaná žiadosť.
- Chýba odôvodnenie.
- Žiadosť je nezrozumiteľne napísaná, nie je uvedený počet koľko je limit a koľko žiada lekár navyše a na aké obdobie.
- Na žiadosti treba uviesť telefónny kontakt na ošetrujúceho lekára.

V prípade problémov kontaktujte ošetrujúceho lekára, revízneho lekára poisťovne a žiadajte vysvetlenie.

#### Kde získavať pomôcky

Katétre vám predpíše lekár na „Poukaz na zdravotnícku pomôcku a zdravotnícku

potrebu“. Môžete sa rozhodnúť, či vám bude pomôcka predpisovať odborný lekár (urológ, gynekológ), alebo praktický lekár pre dospelých, resp. praktický lekár pre deti na základe odporúčania uvedených odborných lekárov.

Pomôcky získate vo výdajni zdravotníckych pomôcok alebo v lekárni na základe predpísaných poukazov.

V Bratislave je k dispozícii výdajňa zdravotníckych potrieb, v ktorej dostanete kompletný sortiment pomôcok spoločnosti Coloplast A/S, a to na adrese:

Versus JJ Traja králi  
Stromová 38  
833 18 Bratislava – Kramáre

V tejto výdajni vám ochotný personál poradí, ako používať pomôcky, prípadne vám ukáže ďalší sortiment.

Pomôcky si dajte predpísaať každý mesiac vždy včas.

## Intermitentná katetrizácia vo vašom každodennom živote

Intermitentná katetrizácia ako liečba vám pomôže zachovať zdravé fungovanie vašich obličiek a močového systému. Na druhej strane má veľa pozitív, ktoré prispejú k tomu, aby ste viedli čo najviac plnohodnotný život. Pomôže vám robiť veci, ktoré vás bavia, ako napríklad šport a koničky, práca, sex a cestovanie. Aby ste toto dosiahli je potrebné zaradiť katetrizáciu do vášho každodenného života.

#### Prispôsobovanie sa životu doma

Počas vašej rehabilitácie nadobudnete zručnosti, vďaka ktorým budete môcť prevziať zodpovednosť za vyprázdenie vášho močového mechúra. Je životne

dôležité, aby ste pokračovali v zdokonaľovaní týchto zručností a využívali všetko, čomu ste sa naučili. Tým pádom nebude ovládanie močového mechúra stať v ceste vašim aktivitám. Pre veľa ľudí nepredstavuje intermitentná autokatetrizácia problém a s trochou praxe by sa mala stať časťou vašej každodennej rutiny tak, ako čistenie zubov.

#### Ako zaradiť intermitentnú katetrizáciu do každodenného života?

Najjednoduchší spôsob je vytvoriť si rutinu, ktorá hladko zaraďuje intermitentnú katetrizáciu do vášho života. Naplánujte si situácie a čas, ktoré vám vyhovujú pre

vykonanie intermitentnej katetrizácie. Predvídanie, plánovanie a príprava na katetrizáciu vám dovolí ovládať močový mechúr bez toho, aby to prekážalo vašej práci, štúdiu a iným každodenným aktivitám. Vyhládajte situáciu a čas, ktoré vyhovujú vykonaniu intermitentnej katetrizácie, napríklad prestávky na kávu a prestávky na jedlo. Dobrým nápadom by bolo nechať niekoľko náhradných katétrov na miestach, ktoré navštěvujete často alebo pravidelne, napríklad u kamarátov a príbuzných.

### **Čo sa stane, ak sa nebudem katetrizovať tak často, ako mi bolo povedané?**

Je veľmi dôležité aby ste nezabúdali alebo nevynechávali intermitentnú katetrizáciu. Ak by ste zabudli, vykonajte ju hned, ako si na to spomeniete. Ak by sa váš mechúr priveľmi naplnil, mohlo by to viesť k prílišnému roztiahnutiu močového mechúra, čo by malo za dôsledok jeho uvoľnenie a neschopnosť udržať moč. Taktiež to môže zvýšiť tlak v mechúre, čo môže viesť k infekciám alebo dlhodobému poškodeniu obličiek. Podľa všeobecného medzinárodného konsenzu je potrebné vykonávať 4-6 katetrizácií denne. Podľa možností by každá katetrizácia nemala presiahnuť 400 ml. Frekvencia a počet katetrizácií musí byť prispôsobený produkcií moču. Dobrým ukazovateľom je, že by ste mali produkovať minimálne 1500 ml každých 24 hodín. Mali by ste sa držať počtu denných katetrizácií, ktorý vám odporučila vaša zdravotná sestra alebo lekár. Ak sa neriadite denným rozvrhom, napomáhate tým rozmnožovaniu baktérií vo vašom mechúre. Týmto podstupujete riziko vzniku infekcií močových ciest (IMC). Každodenné správne, praktické ovládanie močového mechúra minimalizuje možnosť vzniku infekcií alebo dlhodobého poškodenia obličiek.

## **Všetko je o dodržiavaní vášho rozvrhu intermitentnej katetrizácie a plánovaní vopred**

### **„Všeobecné“ tipy a rady**

1. Zvážte, kedy budete robiť katetrizáciu (pred alebo po vykonaní naplánovaných denných aktivít).
2. Ak budete mimo domu dlhšiu dobu, napláňujte si, kedy počas dňa budete mať možnosť vykonať katetrizáciu. To vám pomôže zabrániť preplneniu mechúra.
3. Ak sa chystáte na neznáme miesto, môžete tam zavolať vopred a zistiť, či sú tam záchody pre vozičkárov.
4. Nechajte náhradné katétre na miestach, kam chodíte často alebo pravidelne, a vždy keď idete von, majte so sebou náhradne katétre.

### **Cítiť sa pohodlne pri vykonávaní intermitentnej katetrizácie**

Vhodným miestom na vykonanie intermitentnej katetrizácie je také miesto, kde sa cípite najviac pohodlne, napríklad u vás doma. Ná pomocným by mohlo byť aj zmapovanie okolia a ostatných miest, ktoré často navštěvujete, aby ste si mohli naplánovať, kde by sa dala pohodlne vykonať intermitentná katetrizácia. Existujú tri veci, ktoré určujú, či je miesto vhodné na vykonanie intermitentnej katetrizácie:

## Súkromie

Je veľmi dôležité mať súkromie pri vykonávaní intermitentnej katetrizácie. Zistite, kde sa nachádzajú toalety, ktoré vám môžu poskytnúť potrebné súkromie a naplánujte si deň tak, aby ste ich mohli navštíviť v prípade potreby.

## Čistota

Pri autokatetrizácii vždy existuje riziko vzniku infekcie. Ak trpíte častými infekciami močových ciest, katetrizácia mimo domu vás môže znepokojovať. Niekoľko riešení je ľahké nájsť:

- čisté záchody. Nech už robíte autokatetrizáciu v akýchkoľvek podmienkach a za akýchkoľvek okolností, nezabudnite si umyť ruky pred tým, ako sa dotknete katétra. Ak sa potrebujete niečoho dotknúť (okrajov vozíka, barly, alebo kľučky záchodových dverí) potom, ako ste si poumyvali ruky, použite dezinfekčný gél na ruky alebo antiseptické utierky pred tým, ako sa dotknete katétra. Okrem toho môžete so sebou nosiť páru jednorazových gumených rukavíc.

## Toalety

Usporiadanie záchodov pre telesne postihnutých ovplyvňuje ich použiteľnosť. Také drobnosti, ako šírka dverí môžu zjednodušiť alebo naopak skomplikovať použitie záchodov. To, čo vyhovuje jednému, nemusí nutne vyhovovať aj druhému. Zistite, ktoré záchody vám najviac vyhovujú. Zmapujte si toalety v miestach, ktoré navštevujete.

## Práca

[Prax a plánovanie vám pomôžu vrátiť sa do práce.](#)

Intermitentná katetrizácia nesmie byť prekážkou pre váš návrat do práce, ale bude potrebné sa prispôsobiť.

### „Pracovné“ tipy a rady

1. Zákony vo väčšine krajín stanovujú, že zamestnávateľia musia urobiť „náležité úpravy“, potrebné na to, aby ste mohli pracovať, ako napríklad inštalovať záchody a zariadenia pre telesne postihnutých.
2. V prípade potreby, požiadajte o pružnejšiu pracovnú dobu.
3. Ubezpečte sa, že si každý deň beriete do práce dostatočný počet katétrov, alebo si nechajte náhradné katétre v práci.
4. Uistite sa, že viete, kde sa v práci nachádzajú vhodné záchody.
5. Je veľmi dôležité, aby ste aj počas práce pokračovali v pravidelnej intermitentnej katetrizácii.

## Športovanie a telesné aktivity

Intermitentná katetrizácia vás nebude obmedzovať pri aktivitách. Môžete si užívať telesné aktivity tak, ako ste to robili pred úrazom – možno s niektorými úpravami. Možno neviete o typoch telesnej aktivity alebo programoch, ktoré sú vám dostupné alebo ste jednoducho presvedčení, že telesná aktivita neprináša žiadny úžitok. Druhy aktivít môžu zahŕňať všetky športy, práce v záhrade, hry s deťmi a cvičenie. Odborníci na zdravie vám pomôžu pri výbere vhodných aktivít s ohľadom na vaše postihnutie.

Každý, kto pochybuje, že vozičkári môžu športovať, nech sa pozrie na tento zoznam: vzpieranie (posilňovanie), stolný tenis, šach, streľba, veslovanie, cyklistika a džudo, a to je len niekoľko športov uvedených ako príklad.

Zapájanie sa do športových aktivít vám pomôže nájsť kamarátov, ako aj zlepšíť váš celkový zdravotný stav. A čo je najdôležitejšie, nadobudnete pocit úspechu a nesmiernej spokojnosti. A intermitentná katetrizácia vám nemusí brániť zúčastňovať sa zvolenej aktivity. Nech sa rozhodnete pre tú alebo inú aktivitu, vykonajte katetrizáciu pred začiatkom, tak môžete znížiť riziko úniku moču. V horúcom počasí sa môžete počas vykonania aktivít viac potiť, preto

musíte piť viac, aby ste nahradili stratené tekutiny. To platí aj v prípade, ak nie ste zvyknutí na cvičenie alebo športovanie.

Je ľahké „nechať sa uniest“ počas rôznych aktivít. Nastavte si pripomienku na mobile, aby ste nezabudli vykonať intermitentnú katetrizáciu. Porozmyšľajte, kde bude prebiehať aktívita a naplánujte si, kedy by ste mohli vykonať intermitentnú katetrizáciu tak, aby vás neobmedzovala. Ak sa ocitnete na miestach alebo situáciách, ktoré sa zdajú byť nevhodné pre vykonanie intermitentnej katetrizácie, možno to vás presvedčí o tom, že ju necháte na neskôr, alebo že budete piť menej než je potrebné. V takýchto prípadoch je dôležité pamätať si, že sa môžete katetrizovať prakticky kdekoľvek, kde môžete mať aspoň trocha súkromia.

Veľa ľudí, ktorí používajú katéter, preferujú vyprázdenie priamo do záchodovej misy, ale môžete na to použiť aj akékoľvek vhodné vrecko, napríklad zberné močové vrecko na nohu, nočné vrecko, alebo čokoľvek iné, čo dokáže udržať obsah bez pretekania. Katétre SpeediCath v spojení so zberným močovým vreckom vám urobia katetrizáciu dostupnou aj mimo toalety, stačí mať súkromie.

## „Športové“ tipy a rady

1. Začnite rozhovorom s vašim lekárom, sestrou o možných športových a rekreačných aktivitách, ktoré môžete vykonávať.
2. Poradíte sa, buďte aktívnym a zostaňte aktívny. Pripojte sa na internet a urobte si prieskum – existuje veľa organizácií, ktoré sa zameriavajú na športové aktivity pre vozičkárov.
3. Športovanie vám dodá silu pre návrat do práce.
4. Nedajte sa odradiť odborným vybavením. Existujú výrobcovia, špecializujúci sa na výrobu pomocných zariadení – jedným z najlepších zdrojov informácií sú ľudia používajúci takéto zariadenia. Taktiež môžete kontaktovať miestne združenie pacientov.
5. Môžete začať so športovými aktivitami, ktoré ste robili predtým, avšak je veľmi dôležité, aby ste zostali otvorení novým aktivitám. Skúšajte rôzne športy a určite si nájdete ten, ktorý sa vám hodí.
6. Rozprávajte sa s inými ľuďmi, zistite, ako prekonali ťažkosti, ktorým možno teraz čelíte aj vy.
7. Ak dôjde počas športových aktivít k úniku moču, poradíte sa s vašim lekárom alebo sestrou, ktorí vám budú vedieť poradiť nejaké riešenie.

Aj keď ste dlhé roky neviedli aktívny život, stále môžete zlepšiť svoj celkový zdravotný stav pomocou miernych športových aktivít. Šport je súčasťou vášho zdravia a kvality vášho života.

## Sexuálny život

Druh a úroveň poškodenia miechy určuje rozsah ovplyvnenia vašich schopností mať sex. Intímny styk a sexualita sú dôležitou súčasťou vášho života – aj ňou ostanú, bez ohľadu na to, akým fyzickým problémom budete čeliť. Hned po úraze pravdepodobne veľa premýšľate o vašom sexuálnom živote alebo o tom vôbec nepremýšľate. Avšak v určitom momente sú intímny styk, ako aj sexualita, otázky, s ktorými sa stretáva každý, kto má poškodenie miechy alebo problémy s močovým mechúrom.

Intermitentná katetrizácia veľmi zriedkavo prekáža v sexuálnych aktivitách. Naopak, autokatetrizácia môže vo viacerých prípadoch zlepšiť pocit slobody. Vo väčšine prípadov sa odporúča vyprázdníť si mechúr pred pohlavným stykom. Ak ale máte nejaké otázky alebo obavy, vždy sa poradíte so svojím lekárom alebo sestrou.

Možno sa nebudec chcieť vrátiť k sexuálnemu životu, ak vás trápi to, že počas pohlavného styku môžete stratiť kontrolu nad močovým mechúrom. Nasledujúce rady vám pomôžu znížiť toto riziko:

- Vopred vyprázdnite močový mechúr.
- Obmedzte množstvo vypitých tekutín, ak plánujete mať pohlavný styk.
- Spýtať sa vášho lekára na liečebnú terapiu, ktorá vám pomôže udržať moč.

Ak vás trápi nepatrný únik moču, môžete použiť kondóm. Ak vaša partnerka chápe, že sa netreba obávať menšieho úniku, pomôže vám to uvoľniť sa a vychutnávať si tieto chvíle. Možno vás upokojí ten fakt, že moč je za normálnych okolností sterilný, takže sa niet čoho obávať.

## Fakty

- Väčšina mužov s poškodením miechy má zníženú schopnosť ovládať alebo udržiavať erekciu.
- Erekcie vznikajú reflexívne a nie vždy sú spojené s túžbou a vzrušením. To znamená, že erekcia sa môže objaviť vtedy, keď ju potrebujete najmenej a následne zmiznúť vtedy, keď ju potrebujete najviac.
- Ejakulácia môže byť oneskorená alebo úplne neexistujúca. A tiež môže vyžadovať silnejšie a dlhšie dráždenie. To sa mállokedy objavuje počas penetračného sexu.
- Vaša schopnosť oplodnenia bude pravdepodobne znížená, pretože kvalita spermí sa znížuje v dôsledku poškodenia miechy. Ale je tu možnosť, že budete môcť mať deti. Poradte sa s odborníkom na oplodnenie o zamrazení vzorky vašich spermí pre prípad, že si v budúcnosti budete chcieť založiť rodinu.

## Akých problémov by ste si mali byť vedomí?

### Ťažkosti s nadobudnutím alebo udržaním erekcie

Ak sa vás lekár neopýta na tento symptóm, nezabudnite mu to pripomenúť. Poradte sa s lekárom ohľadom terapie, keďže vo väčšine prípadov lieky môžu pomôcť obnoviť kvalitu erekcií. Sem patria tablety, interkavernózne injekcie do penisu alebo používanie vákuovej pumpy.

Terapia injekciami do penisu je nechirurgickým zákrokom používaným na liečenie problémov s erekciou, ktorý môžete vykonávať sami zavedením injekcií do penisu pre dosiahnutie erekcie.

Vákuový stláčací prístroj je vákuová pumpa s krúžkom, ktorú môžete použiť na dosiahnutie a udržanie erekcie. Vákuový prístroj sa skladá z akrylového valca s pumpičkou, ktorý sa pripája rovno na koniec vášho penisu. Škrtiaci krúžok alebo prstenec sa umiestňuje na opačnom konci valca, ktorý sa aplikuje na telo. Valec a pumpa sa používajú na vytvorenie vákuu, ktoré napomáha vzpriameniu penisu a škrtiaci krúžok napomáha udržať erekciu. Pumpa pomáha vzpriamiť váš penis, zatiaľ čo krúžok udržiava erekciu.

Pamäťajte si, že vždy sa môžete poradiť s vašim lekárom.

### Ťažkosti alebo neschopnosť ejakulovať

Ak máte ťažkosti alebo nie ste schopní ejakulovať, je potrebné poradiť sa s vašim lekárom. Muži s poškodením miechy, ktorí majú problémy s ejakuláciou, stále produkujú spermie v semenníkoch. Existuje rad postupov, ktoré môžu vyvolať ejakuláciu dokonca aj u mužov so závažným poškodením miechy. Spermie môžu byť spracované v laboratóriu a použité pri rôznych reprodukčných technikách pre dosiahnutie oplodnenia a tehotenstva.

## Cestovanie

Cestovanie do zahraničia, návštevy priateľov, ubytovanie v hoteloch, ubytovniach, penziónoch alebo kempingoch

To, že musíte robiť intermitentnú katetrizáciu neznamená, že musíte zostať doma.

Odvaha hovoriť nahlas počas cestovania vám zaručí, že dostanete potrebné veci alebo služby a dá ľuďom možnosť spríjemniť vaše cestovanie alebo pobyt.

Uistite sa, že počas cestovania máte dostatočné vybavenie – zásobu katétrov, ktorá vám má vystačiť počas celej doby, kým budete preč.

Urobte si pred cestovaním prieskum, existuje napríklad množstvo webových stránok, ktoré poskytujú informácie o umiestnení všetkých verejných záchodov. Pomôže vám to, ak budete tráviť veľa času na neznámom mieste. Ak poznáte trasu, alebo trasy, ktorými pôjdete, použite tieto online zdroje na naplánovanie miest kde a kedy budete môcť vykonať intermitentnú katetrizáciu tak, aby ste dodržiavali vašu katetizačnú rutinu.

V prípade letu na veľké vzdialenosťi, môžete použiť katéter v kombinácii so zberným vreckom. Ak počas dlhej cesty nie je možné vykonať autokatetrizáciu, spýtajte sa vášho lekára na možnosť použitia krátkodobého zavedeného katétra. Pamäťajte si, že aj počas cestovania na veľké vzdialenosťi musíte dodržiavať rutiny vyprázdňovania močového mechúra a čriev.

### „Cestovné“ tipy a rady

1. Nezabudnite uzavrieť cestovné poistenie.
2. Ak cestujete lietadlom, vykonajte katetrizáciu pred nástupom na palubu. Pomôže vám to pri krátkych letoch.
3. Rozložte si vybavenie na katetrizáciu do rôznych tašiek pre prípad, že sa niektorá stratí.
4. Ak sa ubytujete v hoteli, požiadajte o izbu s bezbariérovým prístupom.
5. Ak budete mať počas výletu program bohatší než zvyčajne, pite dostatočné množstvo tekutín, aby sa vaše telo správne hydratovalo.
6. Pribalíte si našu novinku SpeediBag Compact. Vrecko jednoducho napojíte na katéter SpeediCath Compact, vycievkujete sa, katéter zasuniete do vrecka a vrecko s močom zauzlíte. Toto vám poskytne viac voľnosti.
7. Ak používate katéter SpeediCath (EasiCath) môžete ho (napr. počas letu na veľkú vzdialenosť) použiť v kombinácii so zberným vreckom.

## Pitný režim

Pitný režim je udržiavanie množstva tekutín a minerálov v organizme. Ak straty tekutín výraznejšie presahujú ich príjem, vznikajú rôzne závažné komplikácie – poruchy krvného obehu, bolesti hlavy, nevoľnosť, triáska, kolaps až šok. Je dôležité prijímať dostatok vody, aby obličky mali možnosť uvoľnené toxickej látky vylučovať. Voda je nevyhnutne dôležitá pre ľudské telo, keďže ovplyvňuje metabolismus na všetkých úrovniach. Dostatočný príjem a výdaj tekutín je potrebné sledovať u detí a starších ľudí. Pitný režim, teda príjem a výdaj tekutín sa riadi konštitúciou človeka. Jeho vekom, aktivitou organizmu a tiež prostredím.

Otázkou piť či nepiť sa často zaoberajú ľudia, ktorých proces vylučovania tekutín močením je sprevádzaný rôznymi zdravotnými komplikáciami, ako sú bolest pri močení, stážené močenie, časté nutkavé močenie, pocit neúplného vymočenia alebo neschopnosť sa vymočiť – zástava, retencia. Poruchy pitného režimu máme možnosť pozorovať aj u mobilných ľudí. Častokrát si ani neuvedomujú aké zdravotné komplikácie si spôsobujú nedodržaním pitného režimu. Samotné komplikácie sa pri nedodržaní pitného režimu ešte zhoršia. Nedostatok vody vyvoláva pocit smädu, ktorý je prvým priamym ukazovateľom poruchy príjmu tekutín. Začnú sa prejavovať príznaky – malátnosť, suchosť slizníc, únava, zápcha, poruchy koordinácie, zrýchlený pulz, pokles krvného tlaku. Pri nedostatku tekutín sú začažené obličky, pretože vylučujú veľmi koncentrovaný moč. Moč je hustý a má tmavú farbu. Tým sa zvyšuje riziko tvorby močových kamienkov

a zápalu močových ciest. Obličky zadržiavajú pre organizmus čo najviac vody, ale tým zadržiavajú v tele látky pre telo škodlivé, toxicke. Nedostatkom vody sa zhustuje krv, tým sa zníži aj zásobovanie kyslíkom pre všetky tkanivá. Ak zabúdame piť, telo pracuje v núdzovom režime. Obličky a pečeň sú orgány postihnuté ako prvé. Pri veľkej dehydratácii organizmu môže dôjsť k úplnému zlyhaniu funkcie obličiek. Dehydratácia je závažné smrteľné ochorenie. A preto v otázke piť či nepiť svieti jednoznačne zelená pre alternatívnu PIŤ! Pitím sa snažíme nahradíť stratené tekutiny. Napiť sa hned ráno je veľmi užitočné. Prečistia, premýjú sa obličky a zlepší sa krvný obeh. Je lepšie piť častejšie a v malých dávkach, ako raz a veľa, čo by mohlo spôsobiť žalúdočné problémy. Telo musí prijímať pitím približne 1,5 – 2,5 litra tekutín za deň. Optimálne je striedanie rôznych druhov nápojov. Ideálnou tekutinou je však čistá voda. Na každodenné dopĺňanie tekutín sú vynikajúce aj nesladené bylinné alebo ovocné čaje. Čerstvé ovocné a zeleninové šťavy posilňujú nás organizmus. Jednoduchým ukazovateľom, či dodržiavame správny pitný režim, je ranný moč. Zdravá farba je svetlá a číra. Čím viac pijeme, tým je moč redší a svetlejší. Každý si môže skontrolovať, v akom stave je momentálne jeho moč a podľa neho prispôsobiť aj svoj pitný režim. Dospelý človek by mal vymočiť 1,6 – 1,8 l moču za 24 hodín, u tých, čo sa liečia IC sa neodporúča ísiť pod 1,2 litra moču za 24 hodín. V lete pijeme asi o 1 liter tekutín viac, pretože množstvo tekutín vylúčime aj potením.

## Služby a kontakty

### Služby Coloplast kontakt sú vám k dispozícii:

#### HELIOS - noviny pre ľudí s neurogénnymi poruchami vyprázdňovania

Pravidelne vám budeme zasielať aktuality, ktoré sa týkajú zdravotnej starostlivosti, sociálnej podpory, psychologickej poradne, zdravotných pomôcok a pod.



#### Bezplatná infolinka Coloplast 0800 159 159

Neviete si poradiť s výberom pomôcky.

Zavolajte nám na našu bezplatnú infolinku Coloplast, každý pracovný deň od 9.00 do 16.00 hodiny.



#### Dostupnosť pomôcok

Ak máte problémy s dostupnosťou pomôcok, pomôžeme vám tento problém vyriešiť v súlade s vašimi potrebami a možnosťami vo vašom regióne.



#### Darček

Máte záujem o praktický uterák?

Zašlite vyplnenú návratku na našu kontaktnú adresu a my vám zašleme uterák.



#### Osobná návšteva

V prípade potreby môžeme dohodnúť osobné stretnutie s našim zástupcom, ktorý vám poskytne poradenstvo.



#### Kontakty na pacientske organizácie:

Organizácia vozíčkarov:

Tel. 037 / 733 5100

[www.vozickari.sk](http://www.vozickari.sk)

Organizácia Sclerosis Multiplex:

Tel. 033 / 551 3009

[www.szsms.szms.sk](http://www.szsms.szms.sk)

Organizácia Spina Bifida:

Tel. 0905 323 465

[www.sbah.sk](http://www.sbah.sk)

### SpeediCath Compact mužské katétre

Kód	Názov	Veľkosť	Balenie ks
B91009	SpeediCath Compact, mužský	12/18 ch	30

### SpeediCath Compact ženské katétre

Kód	Názov	Veľkosť	Balenie ks
B91010	SpeediCath Compact, ženský	8 -14 ch	30

Na poukaz, prosím, nezabudnite uviesť veľkosť katétra - ch

### Urinálne zberné vrecká denné

Kód	Názov	Veľkosť	Balenie ks
B92050	SpeediBag Compact	700 ml	30

### SpeediCath katétre

Kód	Názov	Veľkosť	Balenie ks
B81853	SpeediCath Nelaton, mužský	8 - 18 ch	30
B81854	SpeediCath Tiemann, mužský	10 - 14 ch	30
B81855	SpeediCath, ženský	8 - 16 ch	30
B81856	SpeediCath, detský	6 - 10 ch	30
B81857	SpeediCath, chlapčenský	6 - 12 ch	30

### Urinálne zberné vrecká denné

Kód	Názov	Veľkosť	Balenie ks
B35691	50 cm hadica	350 ml	10
B40095	50 cm hadica	500 ml	10
B35693	50 cm hadica	750 ml	10

### Urinálne zberné vrecká nočné

Kód	Názov	Veľkosť	Balenie ks
F40093	nočné vrecko, 90 cm hadica	1500 ml	10

### Prievňovací suchý zips na denné vrecká

Kód	Názov	Veľkosť	Balenie ks
B40092	suchý zips Velcroband	jednotná	2

### Držiak vrecká

Kód	Názov	Veľkosť	Balenie ks
B40108	držiak vrecká	jednotná	1

Spoločnosť Coloplast vyvíja výrobky a služby, ktoré uľahčujú život ľuďom s veľmi osobnými zdravotnými problémami.

Pretože neustále komunikujeme s ľuďmi ktorí naše výrobky používajú, vytvárame riešenia, ktoré veľmi citlivou reagujú na ich mimoriadne potreby. Voláme to intímna zdravotná starostlivosť.

Naše podnikanie zahŕňa starostlivosť o stómie, pomôcky pre urológiu a inkontinenciu a starostlivosť o rany a kožu. Pôsobíme globálne a zamestnávame viac ako 7 000 ľudí.

Ostomy Care  
Urology & Continence Care  
Wound & Skin Care

