

# Har du problemer? Prøv dette...

## Jeg har problemer med at indsætte eller fjerne kateteret

- Tving aldrig kateteret ind eller ud
- Du kan føle modstand, når du indfører kateteret. Hvis det sker, skal du stoppe, slappe af og tage et par dybe vejrtrækninger, indtil din lukkemuskel slapper af.
- Nogle mænd synes, at det hjælper dem til at slappe af at vippe med tæerne
- Kan du ikke fjerne kateteret? Kontakt straks din læge eller sygeplejerske. De vil hjælpe dig.

## Der kommer ingen urin ud

- Sørg for, at de små åbninger i spidsen af kateteret ikke er blokeret
- Kontroller, at du har ført kateteret langt nok ind i din blære
- Prøv at trække kateteret lidt tilbage
- Har du ikke kunnet tømme din urin ud de sidste 6 timer? Kontakt din læge eller sygeplejerske.



## Overblik over væske

For at holde overblik over dit væskeindtag og din væskeudskillelse kan du have glæde af en oversigt som den, der er vist her:

Tid	Mandag		Tirsdag		Onsdag		Torsdag		Fredag	
	Indtaget (ml)	Afgivet (ml)	Indtaget (ml)	Afgivet (ml)	Indtaget (ml)	Afgivet (ml)	Indtaget (ml)	Afgivet (ml)	Indtaget (ml)	Afgivet (ml)



Hvis du har spørgsmål eller ønsker yderligere vejledning bedes du kontakte din forhandler eller kontakte ConvaTec Danmark A/S på telefon **48 16 74 74** mandag-fredag (undtagen helligdage), kl. 9-15.  
[www.convatec.dk](http://www.convatec.dk)



## Trin-for-trin vejledning



# Hvad du behøver...

Før du begynder, skal du have følgende klar:

- GentleCath™ Glide hydrofilt intermitterende kateter
- Vaskeklud eller antiseptisk vådserviet.
- Gennemlæs advarsler, forholdsregler og anbefalinger i **brugsanvisningen**, der følger med produktet

Du kan også se en video med en vejledning, som svarer til dine behov. Scan QR-koden eller gå ind på



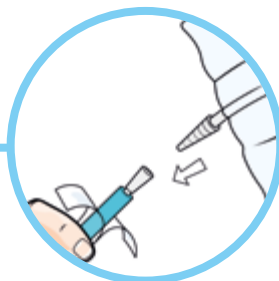
[www.gentlecath.co.uk](http://www.gentlecath.co.uk)



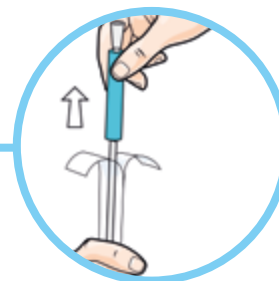
**1.** Sørg for, at vandposen er tæt ved enden af kateterets tragt. Bryd den sterile vandpose ved at trykke på den blå prik eller ved at folde posen langs den prikkede linje på vandposen. Lad derefter vandet løbe ned til spidsen af pakken. Kateteret skal nu bruges inden for 1-2 minutter.



**2a.** Når vandposen er åbnet, åbnes pakken ved at trække fligene fra hinanden i den lyseblå ende.



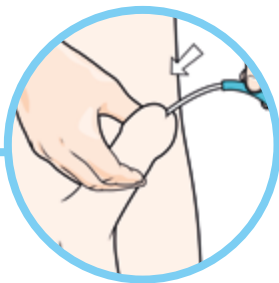
**2b.** [Valgfrit] Hvis du bruger en urinpose, skal du tilslutte posen til tragtforbindelsen, før du fjerner kateteret fra emballagen.



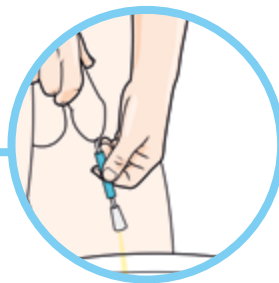
**3.** Fjern kateteret ved hjælp af det blå indføringshylster. Du kan genlukke den tomme emballage med den klæbende prik.



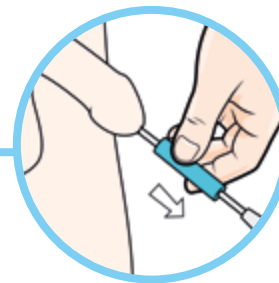
**4.** Skub indføringshylsteret i retning af kateterets spids. Hold din penis op mod maven. Det gør det lettere at styre kateteret ind i din blære. Klem ikke for hårdt på din penis, da det kan blokere åbningen af urinrøret.



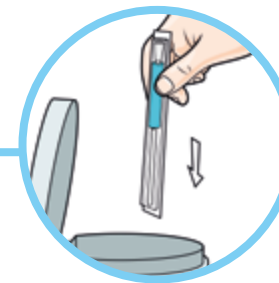
**5.** Brug det blå indføringshylster og indsæt langsomt og jævnt kateteret i dit urinrørs åbning og ind i din blære, indtil urinen begynder at løbe ud. Sørg for, at tragten peger ned i en beholder.



**6.** Når urinen begynder at løbe, skub kateteret lidt ind (1-2 cm) for at sikre, at det er helt inde i blæren.



**7.** Når urinen ikke løber længere, fjernes kateteret langsomt. Stop, hvis der begynder at løbe mere urin, og fortsæt først når der ikke kommer mere igennem.



**8.** Hvis du bruger urinpose, frakobles den fra kateteret, tømmes og smides ud. Smid kateter og emballage ud, og vask dine hænder.