



Adamův příběh

Průvodce samocévkováním
(intermitentní samokatetrizací)

Pomůžeme ti začít



Během několika posledních týdnů s tebou zdravotní sestřička nebo lékař mluvili o tom, jak používat malou hadičku, která ti pomůže čůrat (močit) snadněji. Této hadičce se říká cévka, nebo také katétr.

Doufáme, že ti tato knížka pomůže, aby ses cítil jistější a uvolněnější. A také v ní najdeš odpovědi na některé otázky, na které by ti nemuselo být příjemné ptát se rodičů.

Nemusíš se obávat, nejsi jediný, kdo má tyto problémy. Pojďme však dál a seznámme se s někým, kdo cévku jako pomůcku k čůrání používá.



Seznam se s Adamem

Věk:

11 let

Oblíbená činnost:

Fotbal

Oblíbený předmět ve škole:

Přírodní vědy

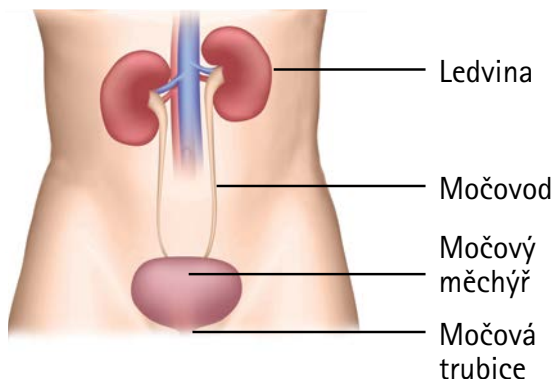
Zájmy:

Hraní na Xboxu

A něco o mně:

Musím používat cévku, která mi pomáhá čůrat a zůstat suchý. Ze začátku bylo používání cévky dost divné, avšak zanedlouho jsem zjistil, že pořád chodím na toaletu stejně jako moji kamarádi, jen čůrám jinak.

Tak, a protože mým oblíbeným předmětem jsou přírodní vědy, podívejme se, jak tělo vyrábí moč, kterou pak vyčůrám



Jak vidíš na obrázku, jsou ledviny spojeny s močovým měchýřem úzkými trubičkami; těm se říká močovody. Když piješ, dostává se tekutina do žaludku a střev a poté přechází do krve. Ledviny jsou skutečně skvělé, protože z krve odfiltrují veškerý odpad a přetvářejí ho na moč, kterou pak vyčůráme. Moč z ledvin putuje dolů do močového měchýře, kde se ukládá. Močový měchýř je něco jako balonek – když je prázdný, je malý, když je plný, je větší.

Když se močový měchýř naplní, pošle zprávu do mozku a tak ti řekne, že je potřeba močový měchýř vyprázdnit. Někdy ale tělo potřebuje s vyčůráním pomoci, a tehdy používáme cévku.

Moč vychází z močové trubice, to je otvor na konci pindíka (penisu). A to je místo, kam se zavádí cévka, pomocí které se močový měchýř vyprázdní. Zdravotní sestřička ti ukáže, jak to uděláš.





Adame, a co znamená ISC?



Tohle je můj kamarád Standa. Ve skutečnosti o cévkách skoro nic neví, ale rozhodl jsem se, že mu to řeknu. Protože si myslím, že by bylo fajn mít kamaráda, který mě bude podporovat.

Sestřičky tomu říkají ISC, aby nemusely pořád používat celý dlouhý název „intermitentní samocévkování“. To znamená, že používám hadičku, která mi pomáhá, když potřebuji jít na toaletu. Takové hadičce se říká cévka. Moje zdravotní sestřička mi řekla, že cévku bych měl používat 5 – 7x denně přibližně po 3 hodinách. Dřív mi pomáhala máma, ale teď už to všechno zvládám sám.



Když jsem začínal cévku používat, vlastně jsem nevěděl, proč se musím cévkovat

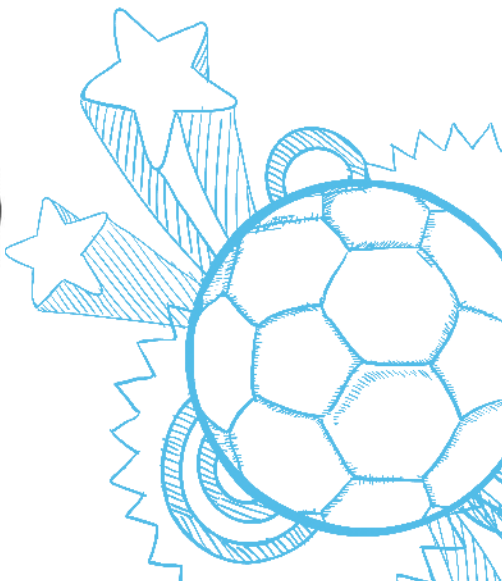
Tak jsem se zeptal sestřičky, proč to musím dělat. Ta mi vysvětlila, že můj močový měchýř nepracuje tak, jak by měl, a proto musím používat cévku, která mi pomůže se vyčůrat.

A také mi vysvětlila, že je mnoho důvodů, proč někteří lidé potřebují používat cévku; jako například poranění páteře, vada jako je Spina Bífida nebo když se narodili s některými problémy, kvůli kterým je pro ně čůrání obtížnější.



Správné vyprazdňování močového měchýře mi pomáhá, abych zůstal zdravý, a chrání mne před problémy s ledvinami v budoucnu. A také brání nepříjemným infekcím, ke kterým může dojít, když moč zůstane v močovém měchýři příliš dlouho.

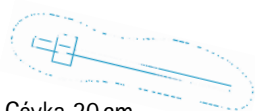
Samocévkování zastavuje také všechny úniky moči a já zůstávám suchý.



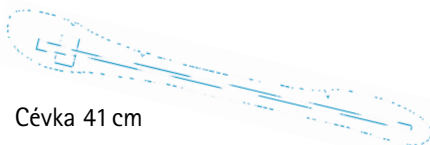
A teď asi začínáš být zvědavý, jak cévka ve skutečnosti vypadá, ne?

Existuje mnoho různých typů cévek. Já mám rád takovou cévku, která je složená v přenosném pouzdře, je malá a snadno se vejde do školní tašky. Ve dnech, kdy jsem pryč, s sebou rád nosím také cévkové sety. Jde o cévku s připojeným sáčkem, do kterého se moč vypustí, když v blízkosti není toaleta.

Cévky mají různou délku, tady je třeba 20 cm a 41 cm dlouhá. Lékař a sestra vyberou tu správnou právě pro mne.



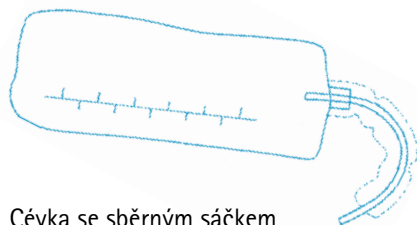
Cévka 20 cm



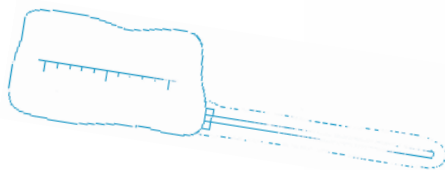
Cévka 41 cm

Víš, že se cévkují i menší děti a batolata? Ony potřebují i užší cévku.

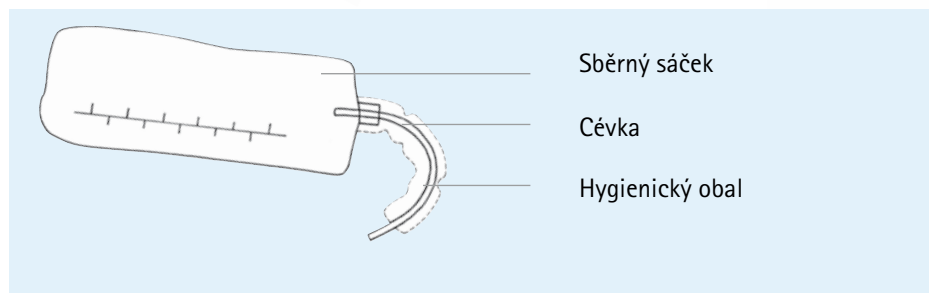
A takto vypadá cévkový set, tedy cévka přímo napojená na sáček. I sáček může být různě velký. Do menšího se vejde třeba jen 50 ml tekutiny. Nebo pro dospěláky i více než 1 litr.



Cévka se sběrným sáčkem



Cévka se sběrným sáčkem



Sběrný sáček

Cévka

Hygienický obal



Vybral jsem si cévky, které jsou již ošetřeny kluzkým lubrikantem, díky kterému se používají snadno a jednoduše. Jsou navrženy tak, aby nebylo potřeba se jich dotýkat. To znamená, že se při používání cévky nedotýkáme hadičky, a to nás chrání před infekcemi. Žádnou z nich bys nechtěl dostat, to mi věř!

Souprava se sběrným sáčkem se skutečně hodí, když zjistíš, že je obtížné dostat se na toaletu. Znáš nějaké lidi na vozíku a ti si myslí, že tyto cévky jsou skvělé.

Na sáčku je odtrhávací roh, kterým se sáček nakonec snadno vyprázdní.

A abych nezapomněl, po použití musíš cévku hned vyhodit. A také si musíš umýt ruce předtím, než s cévkováním začneš, a potom, co s cévkováním skončíš.

Jak používat cévku

Přesvědč se, že máš všechno, co budeš potřebovat:

- Cévky
- Vlhčené ubrousky
- Ubrousky
- Sáčky na jedno použití

Připrav se tak, jak ti říkala sestřička:

- Vsedě na toaletě
- Vestoje na toaletě
- Na vozíku

Může to být jeden z těchto způsobů, nebo i jiný způsob.

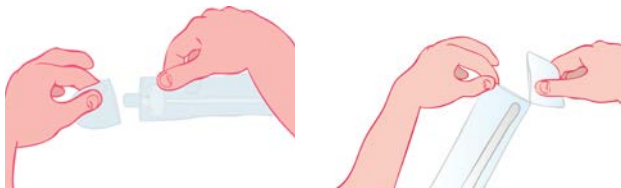
Krok 1

Než začneš, umyj si ruce. Umyj si pindíka (penis).



Krok 2

Otevři cévku.



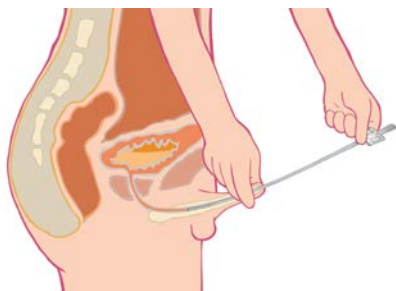
Krok 3

Podrž si pindíka (penis) tak, aby mířil nahoru a snaž se, abys ho nestlačoval příliš silně. Do otvoru na konci cévku zasuň cévku.



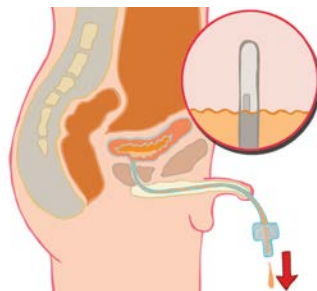
Krok 4

Když cévka dosáhne do močového měchýře, moč vyjde cévkou ven. Konec cévky zamiř do toalety. Když používáš soupravu, shromáždí se moč v sáčku.



Krok 5

Když dočůraš, pomalu vytáhni cévku, tak aby všechna moč skutečně vytekla ven.



Krok 6

Pamatuj na to, že nakonec si musíš umýt ruce.



Krok 7

Použitou cévku hod' do odpadkového koše.





Zeptejme se Adama na několik věcí!

Bolí to?

Když začínáš, můžeš mít několikrát trochu zvláštní pocit.

Jak často musím cévku používat?

Většina dětí čůrá 5 - 7 krát za den, takže cévku bys měl používat také tak často. Když s cévkováním začínáš, zdravotní sestřička ti řekne, kolikrát za den bys měl močový měchýř vyprázdnit.

Mohu to provést špatně?

Někdy může být složité zasunout cévku dovnitř. Zkus se uvolnit, může pomoci malé zakašláni a zkus to znovu.

Musím o cévkování říct svému vyučujícímu?

Já jsem to své učitelce řekl, protože někdy zapomenou jít na toaletu a ona mi pomáhá tím, že mi to připomene. S učitelkou mluvila i moje máma.

Když budu méně pít, nebudu se muset tolikrát cévkovat?

Je velmi důležité dostatečně pít a na toaletu chodit pravidelně, abych zůstal zdravý!

Musím to říct svým kamarádům?

To záleží na tobě. Já jsem to řekl svému nejlepšímu kamarádovi Standovi, ale nikdo jiný ve třídě to neví.

Můžu dál jezdit na školní výlety?

Samozřejmě, že můžeš! Jen si s sebou nezapomeň vzít dost cévek na celý den.

Můžu dál chodit plavat?

Určitě můžeš. Já chodím plavat každý týden.



Užitečná čísla

Tel. domů:

Tel. mámy:

Tel. táty:

Jméno
zdrav. sestry:

Tel. zdrav.
sestry:

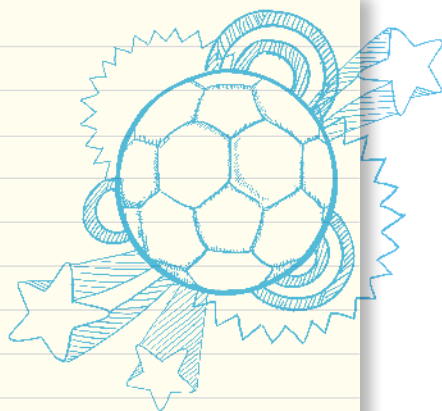
Urologické ambulance B. Braun Plus

Urologická ambulance Brno Campus
Kamenice 811/32
Budova KLINIKA CAMPUS, 3. patro
625 00 Brno - Bohunice
Tel. +420-771 121 765

Urologická ambulance Olomouc
Pražská 255/41, 779 00 Olomouc
Tel. +420-778 544 067

Urologická ambulance Tábor
Herlošova 2925, 390 01 Tábor
Tel. +420-381 254 386

Urologická ambulance Plzeň
Sokolovská 1116/77, 323 00 Plzeň
Tel. +420-377 532 119





Potřebuješ ty nebo tvoji rodiče nějakou radu či pomoc zdravotní sestřičky nebo lékařů?

Zavolejte na naši linku a my vám velmi rádi se vším pomůžeme.



Actreen linka B. Braun
+420-777 363 343

Informační linka pro cévkující se pacienty

Provoz patientské linky ve všední dny v čase 9–16 hod.



ZELENÁ HVĚZDA

Váš dodavatel zdravotnických prostředků

www.zelenahvezda.cz