

**Epitsüstostoom** on alakõhu eesseina kaudu loodud kateetriühendus kusepõiega. Kateeter paigaldatakse kui on takistatud uriini vaba äravool põiest.

### Uriinikogumiskoti kinnitus

- Kinnitage uriinikogumiskott alati põiest allapoole (nt. reiele). See aitab vältida uriini tagasivoolamist põide ja sellega kaasnevat põletiku tekke ohtu. Uriinikogumiskoti paigutamine liiga madalale võib põhjustada põieärritust.
- Kinnitage uriinikogumiskott nii, et ei tekiks kateetri venitust. Kogumiskotti ei soovitata kinnitada riiete külge.
- Jälgige, et kateeter ja kogumiskoti voolik ei oleks murtud ega keerdunud asendis – uriin peab vabalt kotti voolama.
- Kui kannate lühikest rõivastust, asetage uriinikogumiskott täiendava kanderihmaga varustatud puhtasse plastikkotti. See

väldib vooliku takerdumist ja koti saastumist.

### Uriinikogumiskoti tühjendamine ja vahetamine

- tühjendage uriinikogumiskotti kui see on täitunud 1/2 või 2/3 või hiljemalt 8 tunni järel.
- tühjendage kotti seistes
- peske käed vee ja seebiga
- hoidke kotti WC poti või kogumisnõu kohal
- avage kogumiskotikork
- laske uriin voolata potti
- koti sulgemiseks lükake kork tagasi
- desinfitseerige koti allosas olev kork, pihustades sellele desinfitseerimisvahendit
- peske käed vee ja seebiga

### Uriinikogumiskoti vahetamine

- vahetage uriinikogumiskotti 1-2 x nädalas või siis kui kott puruneb.
- tühjendage uriinikogumiskott
- desinfitseerige epitsüstostoomi kateetri ja

uriinikogumiskoti ühenduskoht

- asetage klemm epitsüstostoomi kateetrile
- eemaldage uue kogumiskoti vooliku otsas olev kork ja ühendage voolik kateetriga
- hoiduge puudutamast uriinikogumiskoti vooliku ning kateetri otsa, et need püsiksid puhtana
- avage klemm
- kogumiskott pange olmeprügi hulka
- peske käed vee ja seebiga

### Vajalikud vahendid epitsüstostoomi hoolduseks

- naha desinfitseerimisvahend
- steriilsed tutikud kateetri ümbruse puhastamiseks ja kuivatamiseks
- steriilsed marlilapid kateetri ümbruse katmiseks
- vajadusel plaastrid kateetri ümbruse katmiseks
- plaaster kateetri fikseerimiseks
- võimalusel plastmassist klemm kateetri sulgemiseks
- uriinikogumiskott
- käärid

## Epitsüstostoomi ümbruse hooldus

Seni kuni kateeter on kinnitatud õmblusega, vahetage sidet/plaastrit iga päev.

- peske käed
- eemaldage vana plaaster ja puhastage desinfitseeriva vahendi ja marlitampoonidega kateetri ümbrus ringlevate liigutustega suunaga väljapoole
- desinfitseeri käed pihustades desinfitseerimisvahendit kätele
- asetage kateetriavale steriilne plaaster/side
- plaastri/sideme lõikamiseks kasutage desinfitseerimisvahendiga puhastatud kääre

Pärast õmbluste eemaldamist võib sidet/plaastrit mitte kasutada, juhul kui nahk kateetri ümbruses on põletiku tunnusteta (punetus, turse, valulikkus).

- hoidke epitsüstostoomi ümbritsev nahk puhta ja kuivana, märgunud või määdunud sidemed vahetage kohe
- punetava naha puhastamiseks kasutage nahka desinfitseerivaid vahendeid (nt. Cutasept, Octenisept)
- puhtus on tähtis, sest bakterid võivad

levida mööda kateetrit ja põhjustada põletikku

- epitsüstostoomiga võib käia duši all ja saunas, kuid leili võtmine, ujumine ja vannis käimine ei ole soovitatav

## Epitsüstostoomi kateetri vahetamine

Epitsüstostoomi kateetrit vahetatakse tavaliselt iga 1 – 1,5 kuu järel, et ennetada põletiku teket ja kateetri ummistumist.

## Vedeliku tarbimine

Tarvitage ööpäevas vähemalt 1,5 – 2 liitrit vedelikku, kui ei ole piiranguid tingituna teie üldseisundist (nt. südamepuudulikkus). Küllaldane vedeliku tarbimine ennetab kateetri ummistumist. Soovitatavad joogid on vesi, tee, mahlad (v.a. tsitruselised mahlad). Vältima peab alkoholsete jookide (eriti õlle ja teiste lahjade alkoholsete jookide) liigset tarbimist.

## Liikumine

Epitsüstostoom võimaldab teil jätkata igapäevaseid toimetusi. Esimestel päevadel

pärast epitsüstostoomi paigaldamist ei ole soovitatav tõsta raskusi.

**Võtke ühendust arsti/õega, kui** teil esineb mõni järgmistest sümptomitest:

- epitsüstostoomi ümbruse põletik (punetus, turse, eritis, koorikud)
- valu põie või külje piirkonnas, alakõhus, alaseljas
- uriini ei tule üle 4 tunni (kontrollida, et voolik ei oleks keerdunud)
- uriin voolab kateetri kõrvalt välja
- kateeter on purunenud, ummistunud või väljunud
- uriin on hägune, halvasti lõhnav
- uriinis on veri
- kehatemperatuuri tõus