

UVI

risikofaktorer

en kort guide

*“Jeg bestemte
meg for at mine
blæreproblemer
ikke skal
kontrollere livet.”*

Stina
DK



Hva er en UVI?

La oss starte med begynnelsen. En urinveisinfeksjon (UVI) oppstår når skadelige bakterier kommer inn i blæren, formerer seg og deretter angriper blæreveggen. Noen mennesker er mer utsatt for UVI enn andre, men kateterbrukere er spesielt utsatt. Ikke bare er risikoen for infeksjon høyere, men symptomene dine kan også være mer alvorlige.

Helsepersonell kan foreskrive medisiner for å hjelpe kroppen din med å bekjempe infeksjonen. Men hva om du kunne redusere risikoen for å få en UVI i utgangspunktet?

UVI risikofaktorer

Det er mange faktorer som kan påvirke risikoen for å få en UVI^{2,3}. Vi har jobbet sammen med et team av ekspertleger for å identifisere og definere disse faktorene slik at vi bedre kan forstå dem. Resultatet er vår UVI risikofaktormodell som du kan se nedenfor i en komprimert versjon.*

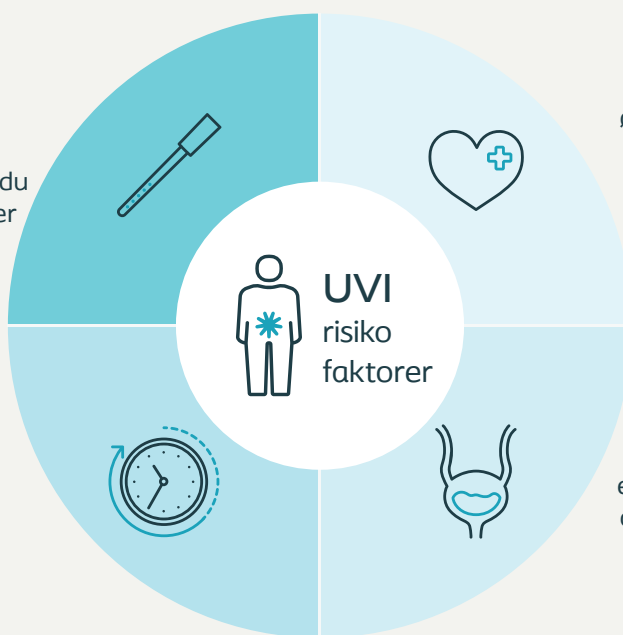
Vårt mål er å hjelpe deg med å gjenkjenne og deretter, med veiledning fra helsepersonell, håndtere risikofaktorene som er relevante for deg.

Kateter

Risikoen for UVI øker hvis du ikke klarer å tømme blæren helt, du fører skadelige bakterier inn i urinrøret eller du skader urinrøret når du bruker et kateter.

Rutiner

Risikofaktorer knyttet til rutinen din inkluderer å ikke tømme blæren ofte nok, kateteriseringsteknikk, hygienisk kateterisering og for lite væskeinntak.



Helse

Risikoen for urinveisinfeksjon øker med alderen, og er større hvis du har en helsetilstand som tarmdysfunksjon eller diabetes, eller hvis du er kvinne.

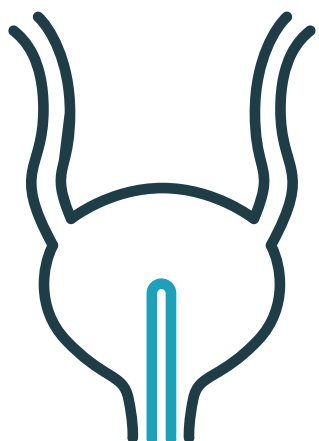
Urinveiene

Tidligere UVI, blære- og nyrestein, eller en blære med en form som gjør det vanskelig å tømme helt, kan øke risikoen for UVI.

*Tilpasset fra UTI risk factors model (Kennelly M., et al. (2019),10.1155/2019/2757862)

Hvordan UVI utvikler seg og hva du kan gjøre

La oss ta en titt på hvordan UVI utvikler seg for å forstå hva du kan gjøre med det.



Steg 1

Når bakterier kommer inn i blæren

De fleste mikroorganismer som finnes rundt og inne i urinrøret er nyttige for deg³. Men skadelige bakterier, som f. eks. E. coli som normalt finnes i tarm og avføring, kan også være tilstede og komme inn i blæren når du setter inn kateteret.^{1,2}. Skadelige bakterier kan også komme inn på kateteret hvis det kommer i direkte kontakt med hendene eller andre overflater.

Hva kan jeg gjøre?



Vask hendene grundig med såpe og vann før kateterisering.



Ikke la kateteret berøre hender, klær eller hud.



Rengjør området rundt urinrørsåpningen daglig som instruert av helsepersonell.



Bruk et kateter, for eksempel et fra SpeediCath®-serien, som er helt klart til bruk slik at du ikke trenger å ta på det før det settes inn.



Ikke berør området rundt urinrøret med kateteret før innføring.



Etter avføring, tørk forfra og bak for å unngå overføring av bakterier til urinrøret.



Steg 2

Når bakterier begynner å formere seg

Når det er bakterier i urinblæren formerer de seg raskt. De kan dobles i antall hvert 20. - 30. minutt, så det er viktig å tømme blæren helt og ofte nok^{3,4}.



Steg 3

Når bakterier forårsaker en infeksjon

Infeksjoner oppstår når bakterier angriper blæreveggen¹. Risikoen for infeksjon øker hvis du har en høy konsentrasjon av bakterier i blæren eller hvis blæreveggen er betent eller traumatisert fra en tidligere UVI, behandling eller en undersøkelse².

Hva kan jeg gjøre?



Drikk nok væske (6-8 glass per dag er anbefalt) for å hjelpe til med å skylle ut bakterier i urinen.



Kateteriser 4-6 ganger om dagen eller oftere hvis du opplever symptomer på urinveisinfeksjon.



Hvis du bruker et konvensjonelt kateter med to kateterøyne må du reposisjonere kateteret når urinstrømmen stopper opp, for å tømme blæren for eventuell gjenværende urin.



Bruk en blæredagbok for å holde oversikt over hvor mye du drikker og hvor ofte du kateteriserer, slik at du sammen med helsepersonell kan finne frekvensen som passer best for deg.

Hva kan jeg gjøre?



Bruk et kateter med hydrofilt overflatebelegg slik at nnføringen blir jevn og smidig. Dette er med på å redusere risikoen for traumer på urinrøret og urinblæren.^{5,6}



Sett alltid inn kateteret sakte og forsiktig, selv om du har det travelt.



Vurder dine kateteralternativer for å sikre at du har et kateter med et glatt overflate, for eksempel SpeediCath® med Triple Action Coating Technology™.

Ta en titt på dine kateteralternativer her:
www.produkter.coloplast.no

Hvis du sliter med gjentatte urinveisinfeksjoner kan du gjerne ta kontakt med våre sykepleiere på telefon 22 57 50 20 (hverdager mellom kl 09-16). Sykepleierne i Coloplast Assistanse har forståelse for hvordan UVI kan påvirke hverdagen til brukere av kateter, og de vil forsøke å hjelpe deg med finne ut hvordan du kan redusere risikoen for UVI.

1. Barber AE, Norton JP, Spivak AM, et al. Urinary tract infections: current and emerging management strategies. Clin Infect Dis. 2013;57(5):719-24.

2. Kennelly M, Thiruchelvam N, Averbeck MA, et al. Adult Neurogenic Lower Urinary Tract Dysfunction and Intermittent Catheterisation in a Community Setting: Risk Factors Model for Urinary Tract Infections. Adv Urol. 2019;2019:2757862.

3. Vasudeva P, Madersbacher H. Factors implicated in pathogenesis of urinary tract infections in neurogenic bladders: some revered, few forgotten, others ignored. Neurourol Urodyn. 2014;33(1):95-100.

4. Forsyth VS, Armbruster CE, Smith SN, et al. Rapid Growth of Uropathogenic Escherichia coli during Human Urinary Tract Infection. mBio. 2018;9(2).

5. De Ridder DJ, Everaert K, Fernández LG, et al. Intermittent catheterisation with hydrophilic-coated catheters (SpeediCath) reduces the risk of clinical urinary tract infection in spinal cord injured patients: a prospective randomised parallel comparative trial. Eur Urol. 2005;48(6):991-5.

6. Stensballe J, Looms D, Nielsen PN, et al. Hydrophilic-coated catheters for intermittent catheterisation reduce urethral micro trauma: a prospective, randomised, participant-blinded, crossover study of three different types of catheters. Eur Urol. 2005;48(6):978-83.