



15 PRODUKTY TRZYMANIA MOCZU I STOLCA

Trzy z czterech osób, które mają problemy kontrolowania pęcherza i jelit, mogą zostać wyleczone lub skorzystać z pomocy, by lepiej radzić sobie z tym problemem.

CO TO SĄ PRODUKTY TRZYMANIA MOCZU I STOLCA?

Produkty trzymania moczu i stolca stosowane są do radzenia sobie z symptomami słabej kontroli nad pęcherzem i jelitami. Mogą być one stosowane krótkoterminowo, by pomóc ci w czasie, kiedy jesteś poddawany leczeniu, lub długoterminowo, jeśli słabego kontrolowania pęcherza i jelit nie da się wyleczyć.

Doradcy w sprawach trzymania moczu i stolca znają szeroki zakres produktów, które mogą ci pomóc radzić sobie z problemami kontrolowania pęcherza i jelit. Mogą ci pomóc wybrać produkt, który zapewni ci ochronę i doda pewności siebie w życiu codziennym.

Twój lekarz lub doradca w sprawach trzymania moczu mogą poszukać przyczyny twojego problemu i zaoferować ci leczenie. Jeżeli nie będziesz robić nic, a jedynie używać pieluch lub innych produktów trzymania moczu i stolca bez wypróbowania leczenia, twój problem może się pogorszyć.

JAKIE RODZAJE PRODUKTÓW TRZYMANIA MOCZU I STOLCA SĄ DOSTĘPNE?

Wsiąkliwe pieluchy i majtki

Pieluchy i majtki występują w szerokim zakresie rozmiarów i stopnia pochłaniania moczu. Niektóre pieluchy są do jednorazowego użytku, po czym nadają się do wyrzucenia. Inne pieluchy i majtki można prać i używać wielokrotnie. Możesz dostać specjalne majtki siatkowe w celu zapobieżenia wyslizgnięciu się pieluchy. Niektóre pieluchy mają samoprzylepne paski, które przyklejają się do majtek w celu utrzymania się w miejscu.

Wsiąkliwe pokrowce na łóżka i krzesła

W przypadku tych produktów, górna warstwa, która znajduje się najbliżej skóry, przepuszcza mocz, ale zachowuje suchość, podczas, gdy dolna warstwa pochłania mocz. Produkty te nie są przeznaczone do równoczesnego stosowania z jednorazowymi pieluchami, ponieważ działają najlepiej, kiedy skóra jest w bezpośrednim kontakcie z pokrowcem.

15 PRODUKTY TRZYMANIA MOCZU I STOLCA

Prąciowe pochewki / zewnętrzne katetery

Prąciowe pochewki wykonane są z silikonu i są zazwyczaj samoprzylepne i pokryte niegumowym klejem, który przylepia się do członka. Drugi, otwarty koniec pochewki połączony jest z mocowaną do nogi torebką, do której może spływać mocz.

Jeżeli człowiek jest mobilny, mocowana do nogi torebka może być ukrywana pod jego ubraniem. Pochewka może być przymocowana do dwulitrowej torebki na użytek nocny. Podrażnienia skóry można zauważyć przez przezroczysty silikon natychmiast po ich wystąpieniu. Torebki, które podłącza się do pochewki, powinny mieć zawsze szerokiej średnicy rurki pozwalające, by mocz spływał do torby bez cofania się do pochewki, co mogłoby ją poluzować. Torebki noszone przy nodze powinny być dobrze przymocowane do uda lub łydki paskami, które dostarczane są wraz z torebką, oraz opróżniane zanim staną się wystarczająco ciężkie, by ściągnąć pochewkę.

Inne produkty pomocne w wypróżnianiu

Baseny i kaczki (dla mężczyzn i dla kobiet) mogą być stosowane, jeżeli pozostajesz w łóżku. Przenośna toaleta umieszczana w nocy przy łóżku może być pomocna, jeżeli nie możesz chodzić do toalety. Podwyższone deski klozetowe i krzesła, które można umieścić nad sedesem, mogą ci również pomóc, jeśli masz trudności z siadaniem na niskim sedesie.

O CZYM NALEŻY POMYŚLEĆ PRZY WYBORZE PRODUKTU TRZYMANIA MOCZU LUB STOLCA?

Najlepszy produkt, to taki, który dobrze się spisuje, jest wygodny i pomaga ci prowadzić normalne życie. Przy wyborze produktu trzymania moczu lub stolca należy pomyśleć o takich rzeczach, jak:

1. Twój indywidualny problem z kontrolowaniem jelit lub pęcherza

Twój wybór produktu zależeć będzie od twoich własnych potrzeb w każdej sytuacji. Wybierz pieluchę, która utrzyma tyle moczu, ile go oddajesz i zmieniaj ją, jak tylko się zamoczy. Jest to lepsze i tańsze niż pozostawianie dużej pieluchy w miejscu przez wiele godzin. Noszenie mokrej pieluchy z moczem lub stolcem może spowodować wysypki lub zakażenie pęcherza. Ponadto może zostać ograniczony nieprzyjemny zapach, jeśli pieluchę zmieniać się będzie jak tylko się zamoczy lub pobrudzi, a skóra zostanie opłukana i wysuszona przed założeniem nowej pieluchy. Wybierz pieluchę, która nie ma kolorowej plastikowej powłoczki, którą widać przez jasne ubranie lub która szeleści przy poruszaniu się.

2. Twój osobisty styl życia

Osobiste potrzeby w pracy, domu i twoim życiu towarzyskim powinny również kierować twoim wyborem produktów. Doradcy w sprawach trzymania moczu i stolca mogą służyć ci radą na temat specjalnych produktów do stosowania przy uprawianiu sportów lub odbywaniu podróży na długie odległości.



15 PRODUKTY TRZYMANIA MOCZU I STOLCA

3. Twoja mobilność

Szeroki wachlarz produktów oznacza, że musisz pomyśleć o swoich zwyczajach i zdolnościach, żeby wybrać najlepszy dla siebie produkt. Takie rzeczy jak stopień łatwości dotarcia do toalety lub łatwości zmieniania pieluch mogą pomóc ci w wyborze właściwego dla siebie produktu. Jest wiele typów produktów, a jeden z nich będzie akurat dla Ciebie.

4. Dostępność produktów

Niektóre produkty trzymania moczu i stolca można nabyć w supermarketach i w aptekach, podczas, gdy inne można łatwiej kupować od wyspecjalizowanych dostawców medycznych. Możesz potrzebować pomocy specjalisty w wyborze odpowiedniego dla Ciebie produktu. Zadzwoń do **Krajowej Infolinii ds. Trzymania Moczku lub Stolca (numer bezpłatny 1800 33 00 66)**, gdzie otrzymasz poradę lub zostaniesz skontaktowany z doradcą w sprawach trzymania moczu i stolca w twojej okolicy.

5. Pozbywanie się

Większość jednorazowych produktów nadaje się do wyrzucenia zwyczajnie do śmieci. Produktów trzymania moczu i stolca NIGDY nie wolno jest spuszczać w toalecie.

6. Wskazówki dotyczące prania

Produkty do wielokrotnego użytku powinny przy zakupie posiadać na opakowaniu instrukcje ich prania. Nie kupuj produktów do wielokrotnego użytku, jeżeli nie posiadasz pralki i suszarki, albo zewnętrznego wieszaka na bieliznę, który łatwo jest ci osiągnąć. Ze względu na ich wsiąkliwość, suszenie ich zajmuje więcej czasu niż suszenie normalnej bielizny osobistej i prześcieradeł, więc poproś najlepiej najpierw o próbkę w celu wypróbowania produktu.

KTO PŁACI ZA PRODUKTY TRZYMANIA MOCZU I STOLCA?

Produkty trzymania moczu i stolca mogą być drogie i w większości przypadków będziesz musiał sam za nie zapłacić.

Jeśli cierpisz na stałe i poważne nietrzymanie moczu i stolca oraz spełniasz inne kryteria spełnienia warunków, wówczas krajowy Program Płatności za Pomoce Trzymania Moczku lub Stolca (Continence Aids Payment Scheme) może pomóc ci w pokryciu niektórych kosztów produktów trzymania moczu i stolca.

Departament ds. Kombatantów (Department of Veterans' Affairs) również prowadzi Program Urządzeń Rehabilitacyjnych (Rehabilitation Appliances Program), z którego możesz skorzystać, jeżeli jesteś posiadaczem Gold Card lub White Card spełniającej warunki.

Również niektóre rządy stanowe i terytorialne zapewniają usługi pomocy ludziom dotkniętym nietrzymaniem moczu i stolca, włącznie z zapewnianiem produktów trzymania moczu i stolca. Usługi te różnią się między stanami i mogą obejmować ocenę klienta, edukację i wsparcie.



15 PRODUKTY TRZYMANIA MOCZU I STOLCA

W większości przypadków będziesz musiał szukać pomocy ze strony pracowników służby zdrowia, takich jak lekarz lub pielęgniarka wyspecjalizowana w zagadnieniach trzymywania moczu, by móc uzyskać dostęp do tych usług.

Jeśli zadzwonisz do Krajowej Infolinii ds. Trzymywania Moczku lub Stolca, będziesz mógł otrzymać poradę na temat dostępnych dla ciebie usług dotyczących trzymywania moczu i stolca.

SZUKAJ POMOCY

Nie jesteś sam. Ze słabą kontrolą nad pęcherzem można sobie lepiej radzić, jeśli się ją leczy. Jeżeli nie będziesz robić nic, może się ona pogorszyć.

Jeśli masz jakies pytania dotyczące kontroli nad pęcherzem lub jelitami, możesz zadzwonić do:

Służby Porad Specjalistycznych przez Krajową Infolinię ds. Trzymywania Moczku lub Stolca po bezpłatną:

- informacje
- porady i
- broszury

pod NUMER BEZPŁATNY* 1800 33 00 66 (od 8.00 do 20.00 od poniedziałku do piątku), lub

odwiedź stronę internetową www.bladderbowel.gov.au

Infolinia może zorganizować tłumacza za pośrednictwem Telefonicznej Służby Tłumaczy (TIS). Prosimy zadzwonić pod numer 13 14 50 od poniedziałku do piątku i poprosić o połączenie z Infolinią.

Produkty trzymywania moczu i stolca mogą pomóc w radzeniu sobie z problemami kontrolowania pęcherza i jelit.

* Rozmowy z telefonów komórkowych naliczane są po obowiązujących stawkach.

