



İDRAR VE DIŞKI TUTMA ÜRÜNLERİ

İdrar ve dışkı tutma sorunları olan her dört kişiden üçü tamamen iyileşebilir veya sorunlarını daha iyi denetleyebilmek için yardım alabilir.

İDRAR VE DIŞKI TUTMA ÜRÜNLERİ NELERDİR?

İdrar ve dışkı tutma ürünleri, idrar ve dışkı tutamama belirtilerini denetleyebilmek üzere kullanılır. Tedavi edilirken kısa süre için size yardımcı olmak veya idrar ve dışkı tutamama sorunu iyileştirilemiyorsa uzun süre için kullanılabilirler.

İdrar ve dışkı tutamama danışmanları, idrar torbası ve bağırsak kontrolü sorunlarının denetlenmesine yardımcı olabilecek çok çeşitli ürünler bilirler. Günlük yaşamınızda size koruma ve güven sağlayacak bir ürünü seçmenizde yardımcı olabilirler.

Doktorunuz veya idrar ve dışkı tutamama danışmanınız, sorununuzun nedenine bakıp size bir tedavi önerebilir. Hiçbir şey yapmayıp tedaviyi denemeden sadece ped veya diğer ürünleri kullanırsanız, sorununuz daha da kötüleşebilir.

NE TÜR İDRAR VE DIŞKI TUTMA ÜRÜNLERİ VARDIR?

Emici pedler ve külotlar

Pedler ve külotlar çeşitli boyutlara ve emebilecekleri idrar miktarına göre farklıdır. Bazı pedler sadece bir kez kullanılıp atılmak üzere yapılmıştır. Bazı pedler ve külotlar yıkanıp birçok kez kullanılabilir. Pedlerin kayıp düşmesini önleyecek özel ağı külotlar alabilirsiniz. Bazı pedlerde, külotu yapışıp pedi tutan 'yapışkan' şeritler vardır.

Emici çarşafklar ve koltuk örtüleri

Bu ürünlerde cilde en yakın olan üst kat idrarı geçirir ama, alt kat idrarı emerken kuru kalır. Cildin çarşafkla doğrudan teması sırasında en fazla etkili olduklarından atılabilir pedlerle birlikte aynı zamanda kullanılmazlar.



İDRAR VE DIŞKI TUTMA ÜRÜNLERİ

Erkek cinsel organı kılıfları / dış sondalar

Erkek cinsel organına takılan kılıfların kaplamaları silikondan yapılıdır, kendi kendilerine yapışır ve organa yapışan lateks içermeyen yapışkanla uyumludur. Kılıfın diğer açık ucu, idrarın boşalacağı bir bacak torbasına bağlıdır.

Erkek hareketli ise, giysilerinin altına saklanmış olan bacak torbası kullanılabilir. Kılıf, geceleyin boşalması için iki litrelik bir torbaya bağlanabilir. Cilt reaksiyonları, meydana gelir gelmez şeffaf silikondan görülebilir. Kılıfa bağlı olan torbaların, idrarın torbaya akmasını sağlayacak, gevşemesine yol açacak şekilde kaplamaya geri akışlı olmayan geniş sonda tüpleri olmalıdır. Bacağa takılan torbalar sağlam bir şekilde uyluğa veya bacağın alt kısmına, torbalarla satılan şeritlerle bağlanmalıdır ve kılıfı çekecek kadar ağırlaşmadan boşaltılmalıdır.

Tuvalet yapmaya yardımcı olacak diğer ürünler

Yatağa bağlı iseniz (erkekler ve kadınlar için) lazımlıklar ve ördekler kullanılabilir. Geceleri yatağın yanına konulan lazımlık iskemleleri, tuvalete yürüyemiyorsanız size yardımcı olabilir. Tuvaletin üstüne konulabilen yükseltilmiş tuvalet oturakları veya iskemleleri de, alçak tuvaletlere oturma sorununuz varsa size yardımcı olabilir.

BİR İDRAR VE DIŞKI TUTMA ÜRÜNÜ SEÇERKEN NELERE DİKKAT ETMELİSİNİZ?

En iyi ürün, iyi çalışan, rahat ve normal bir yaşam sürmenize yardımcı olan üründür. Bir idrar ve dışkı tutma ürünü seçerken şunlara dikkat etmelisiniz:

1. Bireysel dışkı ve idrar tutma sorununuz

Ürün seçiminiz her zaman kendi denetim gereksinimlerinize bağlı olacaktır. Yapabileceğiniz kadar idrarı tutabilecek bir ped seçin ve ıslanır ıslanmaz değiştirin. Bu sizin için daha iyidir ve daha büyük bir pedi saatlerce yerinde bırakmaktan daha ucuzdur. İdrar veya dışkıyla ıslanmış pedleri kullanmayı sürdürmek ciltte isiliğe veya idrar torbası enfeksiyonlarına neden olabilir. Ayrıca, pedler ıslanır ıslanmaz veya kirlenir kirlenmez değiştirildiğinde ve yeni ped kullanılmadan önce cilt yıkanıp kurutulduğunda, koku sorunu azalır. Açık renkli giysilerden görülen veya hareket ettikçe ses çıkaran renkli plastik kabı olmayan pedler seçin.

2. Kişisel yaşam biçiminiz

Kişisel iş, ev ve toplumsal yaşam gereksinimleriniz de, ürün seçiminizde yol gösterici olmalıdır. İdrar ve dışkı danışmanları, spor yaptığınızda veya uzun gezilere çıktığınızda kullanılacak özel ürünler hakkında tavsiyede bulunabilir.



15 İDRAR VE DIŞKI TUTMA ÜRÜNLERİ

3. Hareketliliğiniz

Ürünlerin çok çeşitli olması, sorunuz için en iyi ürünü seçerken alışkanlıklarınızı ve yeteneklerinizi düşünmeniz gerektiği anlamına gelir. Tuvalet ne kadar kolay gidebileceğiniz veya ped değiştirmeyi ne kadar kolaylıkla yapabileceğiniz gibi faktörler sizin için doğru ürün seçiminde yol gösterici olur. Birçok ürün türü vardır ve bunlardan biri sizin için doğru olanıdır.

4. Ürünlerin sağlanması

Kimi idrar ve dışkı tutma ürünleri süpermarketlerden ve eczanelerden satın alınabilirken diğerleri, tıbbi malzemeler satan uzman mağazalardan daha kolay satın alınabilir. Sizin için doğru olanı seçmede uzman yardımına gereksinim duyabilirsiniz. Size tavsiyelerde bulunabilecek veya sizi bölgenizdeki idrar ve dışkı tutma danışmanı ile ilişkiye geçirebilecek **İdrar ve Dışkı Tutma Ulusal Yardım Hattı'nı (Ücretsiz arama 1800 33 00 66)** arayınız.

5. Ürünlerin Atılması

Atılabilir çoğu ürünler normal ev atıkları ile atılabilir. İdrar ve dışkı tutma ürünleri ASLA tuvalet atılmamalıdır.

6. Yıkama talimatları

Yeniden kullanılabilir ürünlerin üzerinde yıkama talimatları yer almalıdır. Çamaşır makineniz ve kurutucunuz ya da kolayca erişebileceğiniz çamaşır ipiniz yoksa yeniden kullanılabilir ürünleri almayın. Emme yetenekleri nedeniyle, normal iç çamaşırlarından ve çarşafardan daha uzun zamanda kururlar, o nedenle denemek için önce bir örnek isteyin.

İDRAR VE DIŞKI TUTMA ÜRÜNLERİNİN ÜCRETİNİ KİM ÖDER?

İdrar ve dışkı tutma ürünleri pahalı olabilir ve çoğu durumda ücretini sizin ödemeniz gerekecektir.

Kalıcı ve ağır idrar ve dışkı tutma sorunuz varsa ve diğer hak sahibi ölçütlerine uyuyorsanız, ulusal çaptaki İdrar ve Dışkı Tutma Gereçleri Ödeme Programı, bu ürünlerin masraflarının bir kısmını ödemede size yardımcı olabilir.

Gazi İşleri Bakanlığı (Department of Veterans' Affairs) Altın Kartınız veya uygun Beyaz Kartınızın olması halinde yararlanabileceğiniz bir Rehabilitasyon Gereçleri Programı'nı yönetir.

Ayrıca, kimi eyalet ve bölge hükümetleri, idrar ve dışkı tutamama sorunundan etkilenenleri desteklemek için idrar ve dışkı tutma ürünleri dahil bazı hizmetler sağlar. Bu hizmetler eyaletler arasında değişiklik gösterir ve müşteri değerlendirmesini, eğitimini ve desteğini içerebilir.

İDRAR VE DIŞKI TUTMA ÜRÜNLERİ

Çoğu durumda, bu hizmetlere erişebilmek için doktorunuz veya idrar ve dışkı tutma hemşireniz gibi bir sağlık profesyonelinden yardım istemeniz gerekecektir.

İdrar ve Dışkı Tutma Ulusal Yardım Hattı ile ilişkiye geçerseniz, sizin için mevcut olan idrar ve dışkı tutma hizmetleri hakkında tavsiye alabilirsiniz.

YARDIM İSTEYİN

Yalnız değilsiniz. İdrar tutamama, tedavi edildiğinde denetlenebilir. Eğer hiçbir şey yapmazsanız, daha da kötüleşebilir.

İdrar veya dışkı tutmayla ilgi sorularınız varsa:

Aşağıda belirtilenleri ücretsiz olarak edinmek için İdrar ve Dışkı Tutma Ulusal Yardım Hattı'ndan (National Continence Helpline) Uzman Danışmanları arayın:

- bilgi;
- tavsiye; ve
- broşürler.

ÜCRETSİZ TELEFON* 1800 33 00 66 (Pazartesi*Cuma arası saat 08.00-20.00 arası) veya

Şu siteyi ziyaret edin: www.bladderbowel.gov.au

Yardım Hattı (Helpline), Telefonla Tercümanlık Servisi (TIS) aracılığıyla bir tercüman ayarlayabilir. Lütfen Pazartesi ve Cuma günleri arasında 13 14 50'yi arayarak Yardım Hattı'nı (Helpline) isteyin.

İdrar ve dışkı tutma ürünleri, idrar ve dışkı kontrolü sorunlarının denetlenmesinde yardımcı olabilir.

* Cep telefonlarından yapılan aramalar uygulanan fiyattan ücretlendirilir.

