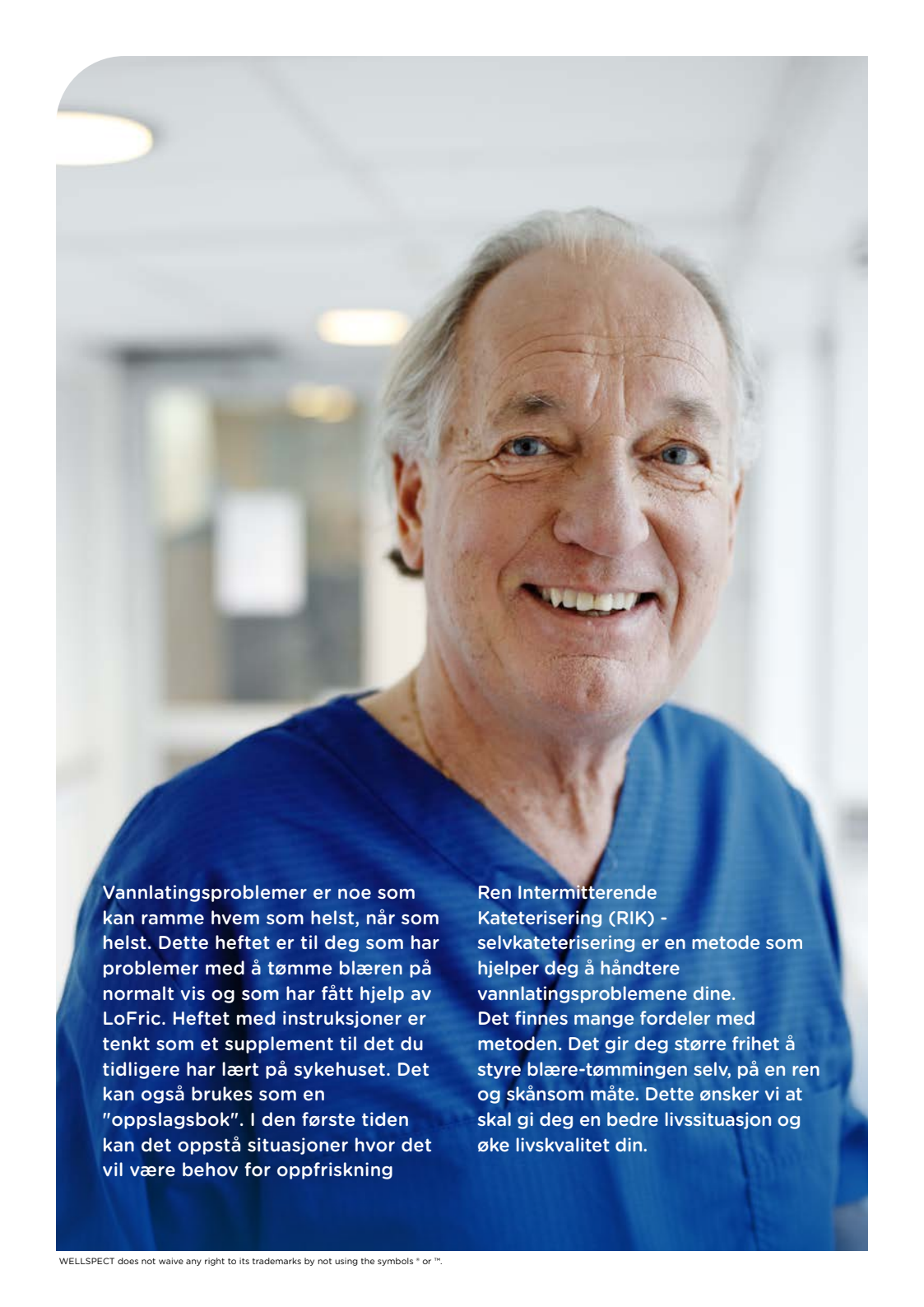


# REN INTERMITTERENDE KATETERISERING

- for deg som er mann



Vannlatingsproblemer er noe som kan ramme hvem som helst, når som helst. Dette heftet er til deg som har problemer med å tømme blæren på normalt vis og som har fått hjelp av LoFric. Heftet med instruksjoner er tenkt som et supplement til det du tidligere har lært på sykehuset. Det kan også brukes som en "oppslagsbok". I den første tiden kan det oppstå situasjoner hvor det vil være behov for oppfriskning

Ren Intermitterende Kateterisering (RIK) - selvkateterisering er en metode som hjelper deg å håndtere vannlatingsproblemene dine. Det finnes mange fordeler med metoden. Det gir deg større frihet å styre blære-tømmingen selv, på en ren og skånsom måte. Dette ønsker vi at skal gi deg en bedre livssituasjon og øke livskvalitet din.

# INNHOOLDSFORTEGNELSE

Hva er Ren Intermitterende Kateterisering?.....	4
Årsaker til vannlatingsproblemer .....	5
Urinveiene og helsen .....	6
Mannens anatomi .....	7
Slik utfører du RIK .....	8
LoFric - Valget du alltid kan stole på.....	10
Nyttig å vite om tappekateter.....	11
Slik bruker du LoFric.....	12
Slik bruker du LoFric Origo .....	13
Slik bruker du LoFric Hydro-Kit.....	14
Slik bruker du LoFric Primo.....	15
Gode råd og tips .....	16
Historie fra det virkelige liv.....	18
Hvordan kan RIK løse dine problemer? .....	19
Sjekkliste.....	21
Wellspect With You.....	22
Miljø og bærekraft.....	23

# HVA ER REN INTERMITTERENDE KATETERISERING?

**Ren Intermitterende Kateterisering (RIK) er en metode som innebærer at urinblæren tømmes regelmessig med et engangskateter. Metoden er effektiv uavhengig av om problemet er å lagre eller tømme urin. Selv om det kan føles rart i begynnelsen, er det trygt og smertefritt**

## **Slik fungerer RIK**

RIK innebærer at et kateter med jevne mellomrom føres inn i urinblæren slik at all urin renner ut. Dette gjør at blæren

tømmes tom. Når urinblæren er tom, trekkes katetret ut og kastes. De fleste lærer seg å kateterisere raskt og enkelt. Med litt trening tar det kun noen minutter.<sup>1,2</sup>

Det virker kanskje litt skremmende, vanskelig eller kanskje bare ubehagelig. Men som alt annet, øvelse gjør mester. Tusenvis av menn, kvinner og barn rundt om i verden kateteriserer seg fire til seks ganger hver dag. Deres erfaringer er at det løser mange problemer og gjør livet mye enklere.

**RIK er det beste alternativet når blæretømming med kateter er nødvendig.<sup>2,3</sup>**

- Beskytter nedre og øvre urinveier
- Når urinblæren er tom, reduseres risikoen for urinveisinfeksjon
- Bedre livskvalitet ved å redusere inkontinens og andre komplikasjoner

# ÅRSAKER TIL VANNLATINGSPROBLEMER

**Mange sykdommer og skader kan ramme urinveiene og påvirke evnen til å tømme urinblæren. Man deler disse i to grupper, problemer med å lagre urin og tømme urin.**

Vanskeligheter med å lagre urin kan innebære urinlekkasje eller hyppig vannlatingstrang. Vanskeligheter med å tømme urinblæren kan innebære at urinblæren ikke kan tømmes eller at

den tømmes ufullstendig. Det er ikke helt uvanlig at man har problemer både med lagringen og tømmingen av urin.

Den vanligste årsaken til at menn ikke klarer å tømme blæren, er neurologisk sykdom/skade eller forstørret prostata. Når prostata begynner å vokse, noe den ofte gjør når man blir eldre, kan den klemme på urinrøret og gjøre det vanskelig eller umulig å tisse.

## Noen årsaker kan være

- Forandringer i urinrøret, f.eks. forstørret prostata
- Innsnevring i urinrøret
- Neurologisk sykdom, f.eks. Multippel Sklerose (MS)
- Nedsatt kraft i blæremuskelen
- Komplikasjoner etter operasjon i underlivet
- Skader/sykdommer, f.eks. ryggmargsskade
- Medfødt misdannelse, f.eks. ryggmargsbrokk
- Diabetes

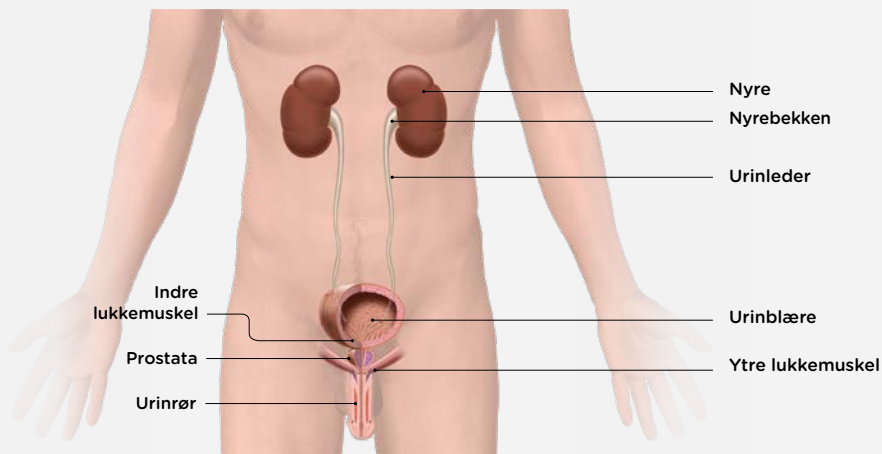
# URINVEIENE OG HELSEN

**Friske, fungerende urinveier er ikke bare viktig for at vi skal ha det bra, det er faktisk en livsnødvendighet.**

Nyrene har to hovedoppgaver; å fjerne avfalls-stoffer fra blodet og regulere salt- og vannbalansen i kroppen. Nyrene renser ut avfallsstoffer i form av urin. Urinen renner ned til urinblæren som fungerer som et oppsamlings-reservoar. Selve urinblæren er egentlig en stor muskel som kan utvide seg og trekke seg sammen.

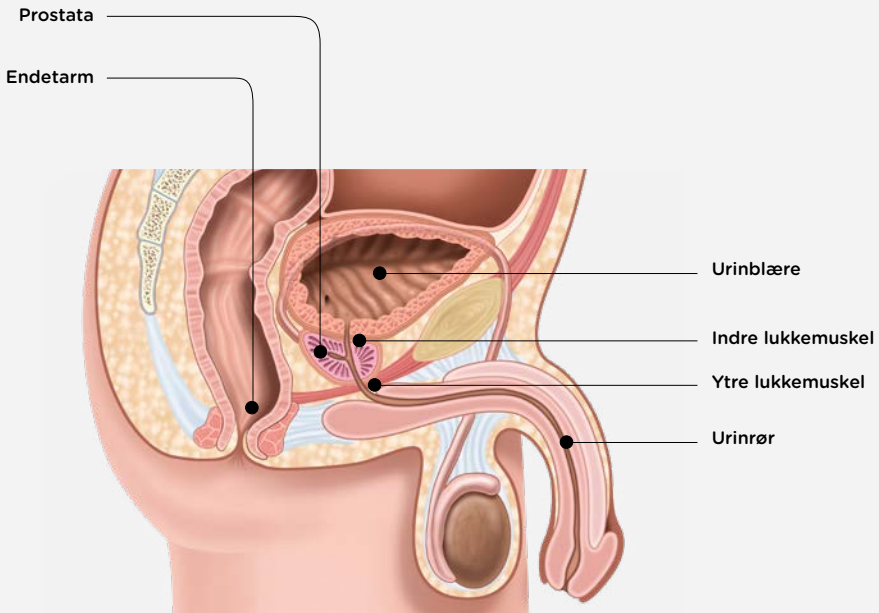
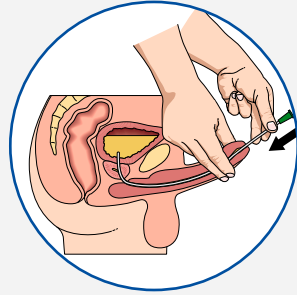
Når den trekker seg sammen presses urinen ut i urinrøret, men først må urinen passere lukke-muskelen. Den er en

muskel nedenfor urinblæren som fungerer som en sikkerhetsventil, og enten er den stengt eller åpen. Når den er åpen kan urinen renne ut og ned i toalettet. Urinblæren skal tømme seg helt tom etter vannlating. Mengden urin varierer fra person til person, men normalt 200-400 ml per gang, 1-2 liter per døgn og normalt 5-7 ganger per døgn



# MANNENS ANATOMI

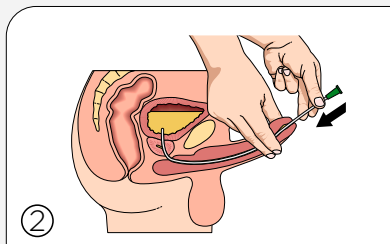
Mannens urinrør er 20-25 cm langt og bøyd S-formet. Når menn fører katetret inn i urinrøret retter man ut S-en ved å dra penis lett opp mot magen.



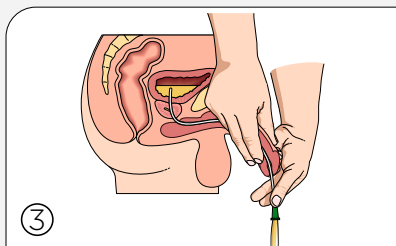
## Slik utføres RIK



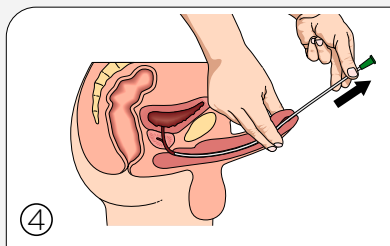
Vask hendene med såpe og vann både før og etter kateteriseringen. Berør så lite som mulig etter at du har vasket hendene og før du kateteriserer deg.



Løft penis opp mot magen slik at urinrøret rettes ut. Før katetret langsomt inn i urinrøret. Når urinen begynner å renne, føres katetret enda et par centimeter inn.

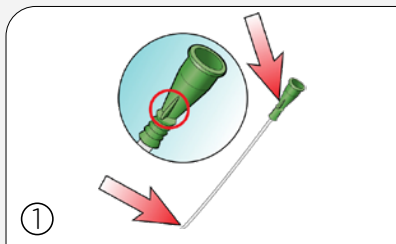


Når urinen begynner å renne gjennom katetret, holder du penis nedover i vanlig stilling igjen.

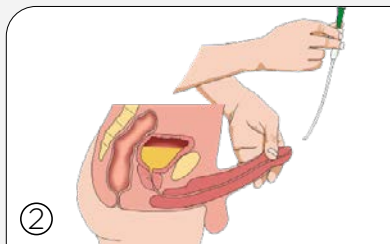


Trekk katetret langsomt et lite stykke ut når urinen har sluttet å renne. Hvis urinen begynner å renne igjen, venter du til det har sluttet, før du trekker katetret helt ut. Nå er urinblæren helt tom.

### Et Tiemann kateter med bøyd tupp krever en spesiell teknikk ved kateterisering.



Noter deg hvor merket på konnektoren befinner seg i forhold til katetertuppen når du fører katetret inn. På den måten sikrer du at katetertuppen vender riktig vei under kateteriseringen.



Pass på at katetertuppen vender opp mot magen ved innføringen av katetret og under selve kateteriseringen.



Finn en stilling som passer for deg og finn frem de hjelpemidlene du trenger.



Sitter du i rullestol og kateteriserer deg, kan en urinpose eller LoFric Hydro-Kit være til hjelp.

Her brukes en forlengingsslange direkte til toalettsetet for tømning. Et tips for å holde slangen i ro under tømningen er å plassere den mellom porselenet og toalettringen.

Skan QR koden for mer informasjon og se instruksjonsfilmer om hvordan du utfører RIK



# LOFRIC - VALGET DU ALLTID KAN STOLE PÅ

**Brukervennlige hydrofile tappekattetre tilpasset din kropp for skånsom og sikker langtids bruk.**

## **LoFric - det originale klassiske**

LoFric® er vårt klassiske hydrofile lav-friksjonskatteter. LoFric trenger rent vann til aktivering av den hydrofile overflaten.

## **LoFric Primo - brettbart kateter med sterilt vann**

LoFric® Primo™ er et hydrofilt kateter med sterilt vann. Katetret aktiveres før bruk. LoFric Primo kan brettes og blir enkelt å ta med seg.

## **LoFric Origo - brukervennlig og sikkert, i smart pakning**

LoFric® Origo™ er et hydrofilt kateter for menn, designet for å gi en sikker, hygienisk og skånsom kateterisering. Pakningen kan brettes til lommeformat og gjør LoFric origo diskret og enkel å ha med seg. LoFric Origo har et gripevennlig justerbart håndtak for en mer stabil og sikker kateterisering. Det er skånsomt og sikkert å føre inn og trekke ut. Katetret er klart til bruk umiddelbart etter aktivering.

## **LoFric Hydro-Kit - alt i ett løsning - sikkert og enkelt å bruke hvor som helst**

LoFric® Hydro-Kit™ er det komplette hydrofile katetersettet. Med både LoFric kateter, vannpose med saltløsning og oppsamlingspose er du ikke avhengig av toalett eller tilgang på vann. LoFric Hydro-Kit gir deg frihet og trygghet til å kateterisere deg uansett hvor du befinner deg. Katetret er klart til bruk umiddelbart etter aktivering.



# NYTTIG Å VITE OM TAPPEKATETER

Som så mye annet i livet er det avgjørende med en god start. Dette gjelder også når du begynner med selvkateterisering. Derfor er det viktig å velge et kateter som er tilpasset dine behov og din livsstil.

De fleste foretrekker katetre som er skånsomme i bruk og enkle å føre inn. Like viktig som en god start, er det å tenke langsiktig. Både på kort og lang sikt er overflaten på katetret viktig. Hver kateterisering er en belastning på urinrøret. Det merkes kanskje ikke i begynnelsen, men med tiden legges den ene belastningen til den andre og på sikt kan det oppstå alvorlige komplikasjoner.

Derfor er det svært viktig å bruke et kateter med lav friksjon allerede fra starten. LoFric® er et tappekateter med en helt unik og vitenskapelig testet overflate som er gir minimal friksjon.



Det ytterste laget av kateteret består av et tynt lag PVP som sammen med salt/substans, i riktig konsentrasjon, binder vann til kateteroverflaten. Dette sikrer at kateteroverflaten forblir glatt og skånsom gjennom hele kateteriseringen.



Nelaton Tiemann Flexible

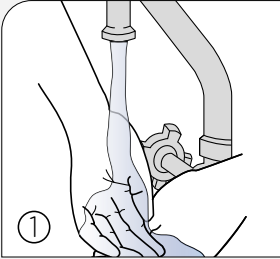
## Katetertupper

**Nelaton:** Et rett kateter med avrundet tupp. Passer de fleste.

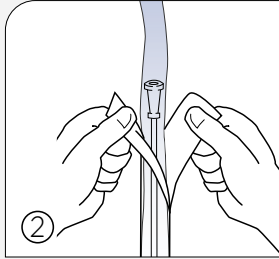
**Tiemann:** Et rett kateter med en litt bøyd tupp. Passe for de med innsnevring i urinrøret, for eksempel ved forstørret prostata.

**Flexible:** Et rett kateter med fleksibel tupp kan være lettere å sette inn, hvis hindringen i urinrøret er for eksempel en forstørret prostata. Tuppens form og fleksibilitet gjør at den glir lettere gjennom urinrøret.

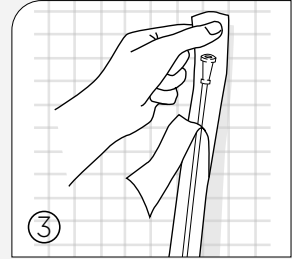
## Slik bruker du LoFric



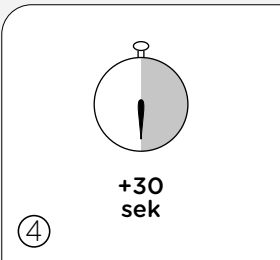
① Begynn med å vaske hendene med såpe og vann.



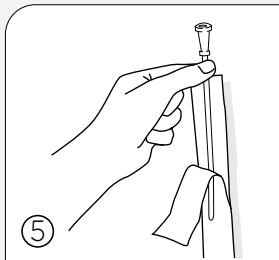
② Åpne pakken ved å trekke klaffene 5-6 cm fra hverandre. Fyll vann direkte i pakken. Vanlig vann fra springen går bra.



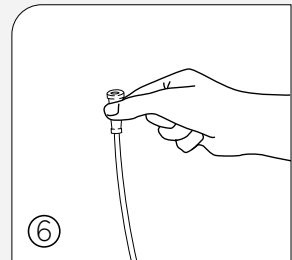
③ Emballasjen har en selvklebende klaff. Fjern den blå beskyttelsesklaffen og fest pakken på et egnet, tørt underlag.



④ La kateteret være vått i 30 sekunder mens du forbereder deg.

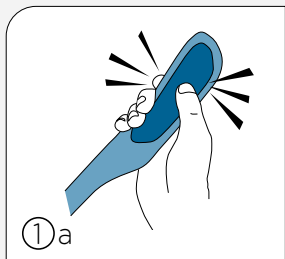


⑤ Etter 30 sekunder er kateteret klart til bruk.

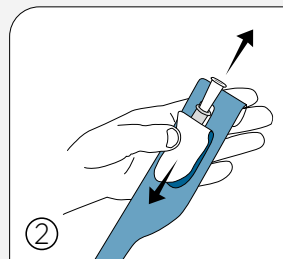
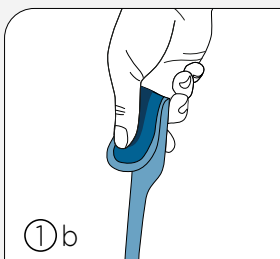


⑥ Utfør kateteriseringen i henhold til instruksjonene du har fått. Kast kateteret i husholdningsavfallet etter bruk.

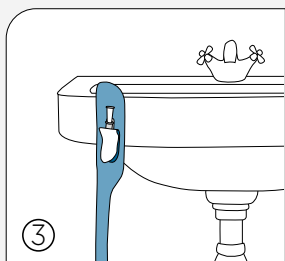
## Slik bruker du LoFric Origo



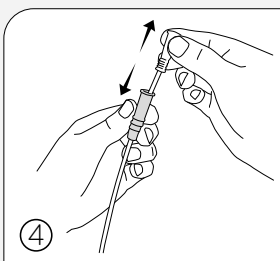
① a  
Aktiveres umiddelbart, er alltid friskt og klart til bruk.  
Alt som trengs er et lett trykk, så er LoFric Origo aktivert med saltvannsoopløsningen.



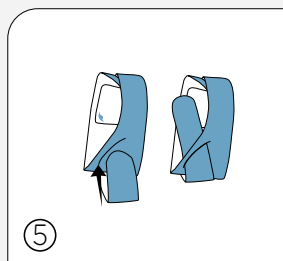
②  
Trekk fliken nedover for å åpne pakningen



③  
Den selvklebende fliken på baksiden gjør at pakningen enkelt kan festes på en tørr og ren overflate.



④  
en justerbare innføringshylsen gir bedre grep og kontroll, og gjør at du slipper å berøre selve katetret.

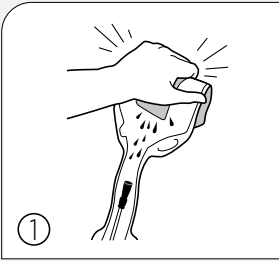


⑤  
Kan brettes og får plass i lommen. Brett pakningen og bruk utstanset åpning for å holde katetret sammenbøyd.

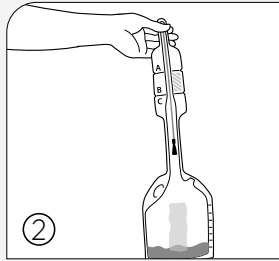


Skann QR-koden for flere instruksjoner om hvordan du bruker LoFric Origo.

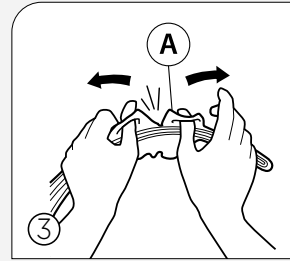
## Slik bruker du LoFric Hydro-Kit



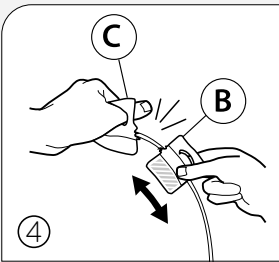
1 Hold pakningen med katetret pekende ned. Brett vannposen inne i pakningen og trykk. La saltvannsoopløsningen renne ned til katetret.



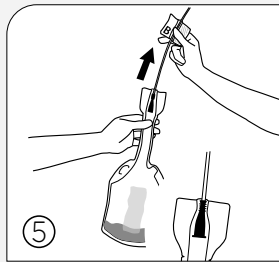
2 Snu pakningen opp-ned og la saltvannsoopløsningen renne ned i oppsamlingsposen.



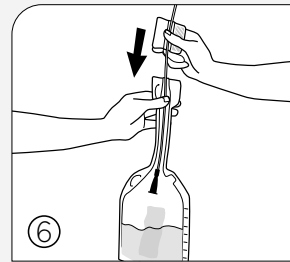
3 Bruk løkkene ved "A" for å åpne slik at tuppen på katetret kommer frem.



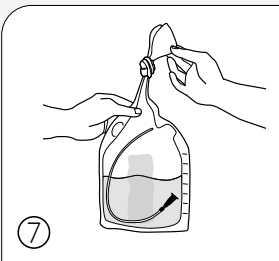
4 Bruk løkkene ved innrykket "B/C" for å åpne. Delen merket "B" kan brukes som innføringshylse.



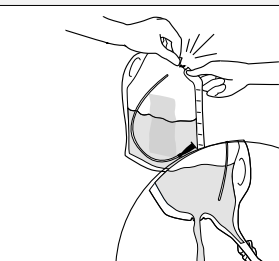
5 Trekk katetret forsiktig ut av pakningen til konnektoren stopper for å forsegle mellom katetret og urinopsamlingsposen. Kateteriser.



6 Dytt katetret tilbake i urinopsamlingsposen.



7 Tøm posen gjennom halsen før du kaster den, eller knyt den sammen og tøm den gjennom åpningen på siden. Du kan også knyte sammen og kaste hele posen.



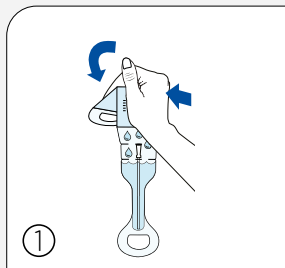
Skann QR-koden for mer informasjon om hvordan du bruker LoFric Hydro-Kit.



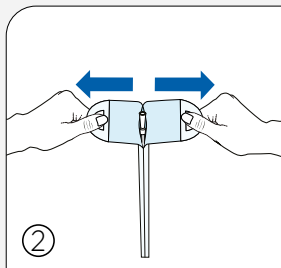
## Slik bruker du LoFric Primo

Kateteret kan åpnes på to forskjellige måter - med eller uten innføringsanordning.

### Åpningsalternativ 1

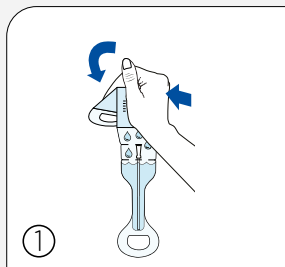


Brett og klem sammen posen med saltvannsløsningen slik at saltvannsløsningen renner ned i katetret. Deretter er kateteret klart til bruk.

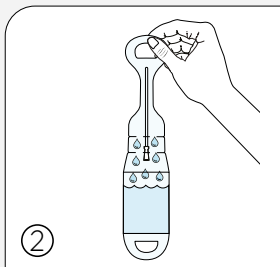


Trekk sekken fra hverandre. Ta tak i løkkene på pakningen over vannposen med begge hender. Trekk til kateteret kommer til syne. Klar til bruk.

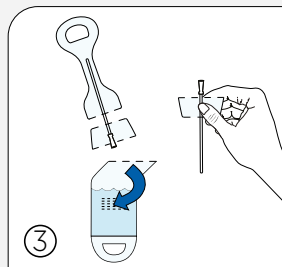
### Åpningsalternativ 2



Brett og klem sammen posen med saltvannsløsningen slik at saltvannsløsningen renner ned i katetret. Deretter er kateteret klart til bruk.



Snu pakningen opp ned, slik at saltløsningen renner tilbake i vannposen.



Fjern vannposen ved å rive av flik A.

Tips! Riv av halvparten først, snu posen og riv av den andre halvdel. Riv av flik B, på samme måte som flik A. Bruk den gjenværende delen som innføringshjelp.



Skann QR-koden for flere instruksjoner om hvordan du bruker LoFric Primo.

# GODE RÅD & TIPS

## Drikke

Kroppen trenger vanligvis 1,5 til 2 liter væske om dagen. Væsken gjør at urinblæren får en gjennomskylling som reduserer risikoen for urinveisinfeksjoner

## Avfallssortering

- Transportemballasjen sorteres som papir
- Kartongen som kateterene ligger i sorteres som papir
- Forpakningene som:
  - Lofric Origo ligger i sorteres som plast
  - Lofric (øvrige) ligger i, splittes og sorteres som plast og papir.

Selve kateteret skal sorteres som restavfall fordi det har vært i kontakt med kroppsvæske under kateterisering. Det samme gjelder emballasje som har vært i kontakt med kroppsvæske og ikke skylles.

## Før du kateteriserer deg

Prøv å tisse på vanlig måte før du begynner katetereringen. Slapp av i bekkenbunnen og forsøk å la være å presse med magemusklene.

## Antall kateteriseringer

En uroterapeut/sykepleier gir deg råd om hvor ofte du bør kateterisere deg (vanligvis fire til seks ganger om dagen). Dette varierer fra person til person og avhenger av typen blæreproblem, hvor mye du drikker, hvor mye urin du produserer, og om du kan tisse uten kateter. Som en generell regel bør urinblæren ikke inneholde mer enn 400 ml urin. For å unngå komplikasjoner er det viktig at du følger instruksjonene du fikk under opplæringen.

## Tøm tomt

Dette kan oppnås ved å endre kroppsstilling mens katetret fremdeles er inne i urinblæren. Trekk katetret langsomt ut for å få med all urinen. Ikke gjør det for raskt. Hvis det er resturin i blæren, er risikoen større for urinveisinfeksjoner. Den beste tømningen får du når du sitter eller står.



## Problemer med å føre inn katetret

Hvis du er anspent når du skal kateterisere deg, kan lukkemuskelen rundt urinrøret stramme seg og gjøre det vanskeligere å føre inn katetret. Ikke press inn katetret. Finn en god stilling, host litt og slapp av. Prøv å føre inn katetret på nytt. I begynnelsen av behandlingen kan det forekomme blod i urinen eller på katetret. Dette skyldes ofte irritasjon av urinrøret. Det går vanligvis fort over, men kontakt uroterapeuten eller sykepleieren din hvis du er usikker.

## Urinveisinfeksjoner

Det er vanlig at de som bruker kateter, har flere bakterier enn normalt i urinen. Har du symptomer på urinveisinfeksjon (UVI), for eksempel feber, smerter ved tømming av blæren, sterk vannlatingstrang, ryggsmarter eller blod i urinen, kontakter du lege for videre undersøkelse. Det er viktig å ta urinprøve ved mistanke om urinveisinfeksjon,

slik at du får riktig type antibiotika. Videre er det viktig at du bruker antibiotika bare hvis du har symptomer fra urinveiene, og ikke hvis urinen bare har forhøyede bakterierverdier. Dette beskytter deg mot farligere, resistente bakterier.

## På reisefot

Ta med deg katetre og hjelpemidler når du skal ut å reise. Det er dessverre ikke uvanlig at bagasje havner på avveie på flyreiser, så ha derfor alltid med deg katetre for noen dager i håndbagasjen. For å forenkle tollkontrollen kan du bestille en hjelpemiddelattest hos uroterapeuten eller sykepleieren din eller kontakte Wellspect

## God hygiene

Vask nedentil anbefales en gang per dag. Håndsprit kan med fordel benyttes når du kateteriserer deg på et offentlig toalett.



Bestill reisesett eller reisedokument på [wellspect.no](http://wellspect.no)

# HISTORIE FRA DET VIRKELIGE LIV

## LOFRIC ORIGO BRUKER, 82 ÅR:

**"For mange år siden fikk jeg problemer med å tisse. Til å begynne med var symptomene vage, som en svak stråle og startvansker. Men problemene økte med årene og ble mer og mer åpenbare.**

Jeg måtte ofte på toalettet, og det var vanskelig når kona og jeg gikk på kino eller teater. Jeg måtte sørge for å gå på toalettet like før for å unngå å reise meg midt i forestillingen for å løpe ut.

Legen min ble bekymret da jeg fortalte at jeg også følte et trykk over magen. Han målte resturinen, og jeg hadde 600 ml igjen i blæren! Etter å ha hatt kateter en stund, måtte jeg prøve et engangskateter. Først et kateter med rett tupp, men det var smertefullt når jeg fortsatte å tømme meg selv hjemme.

Uroterapeuten fant da frem til et kateter med buet tupp (Tiemann-tupp) i stedet.

Kateteriseringen fungerer nå bra. Jeg bruker først og fremst LoFric Primo, men også LoFric Origo når jeg er ute i naturen eller på reise. Å bruke RIK er ikke så forskjellig fra et vanlig toalettbesøk, bortsett fra at jeg selvfølgelig må huske å alltid ha med meg katetre."

## BRUKERE AV LOFRIC ORIGO OG LOFRIC HYDRO-KIT:

**"De siste 15 årene har jeg brukt LoFric produkter daglig. Det gjør at jeg kan leve livet mitt uten å bekymre meg for RIK - det fungerer bare!**

Til daglig bruker jeg LoFric Origo, med den diskrete emballasjen som gjør katetrene enkle å ha med seg. Som syklist på det danske landslaget reiser jeg ca. 15 uker i året til konkurranser og treningsleirer i utlandet. På disse turene bruker jeg alltid LoFric Hydro-Kit. Den integrerte løsningen med kateter og pose, pluss en liten flaske med

hånddesinfeksjon, gjør det enkelt, trygt og hygienisk å bruke kateter på offentlige toaletter og på fly. Det samme gjelder når jeg har en treningsøkt på sykkelen i 5 timer. Da er det viktig at jeg har en enkel og hygienisk løsning for RIK, og her er LoFric Hydro-Kit mitt førstevalg."



# HVORDAN KAN RIK LØSE PROBLEMENE DINE?

## Forbedre livskvaliteten

Når risikoen for urinveisinfeksjoner og/ eller lekkasje reduseres, kan du i større grad leve et normalt liv uten frykt for sjenerende urinlukt eller våte klær. Dette kan gi deg bedre kontroll og dermed økt livskvalitet. Når urinblæren tømmes helt tom, kan dessuten toalettbesøkene bli færre.

Nattesøvnen forbedres ved at du slipper å stå opp flere ganger i løpet av natten for å tømme urinblæren. Det blir også færre toalettbesøk på dagtid, slik at du får mer tid til andre ting.

## Forebygge urinlekkasje og sterk vannlatingstrang

Når du tømmer urinblæren helt tom og regelmessig, kan du unngå lekkasje og sterk vannlatingstrang. En overfylt urinblære kan gi ukontrollert lekkasje.

Når urinblæren ikke er helt tom, skal det bare en liten mengde urin til før du må gå på toalettet igjen.

## Redusere risikoen for urinveisinfeksjoner

Risikoen for urinveisinfeksjoner reduseres når urinblæren tømmes helt tom.

For å hindre urinveisinfeksjoner bør man derfor tømme blæren fullstendig med jevne mellomrom

## Få tilbake blærefunksjonen

Ved å tømme urinblæren regelmessig, er det av og til mulig å få tilbake en fullstendig og funksjonell tømming. Det er ikke mulig for alle, men for en del og ved visse sykdomstilstander kan det være mulig å trene opp blærefunksjonen igjen.

## Spare tid

Noen bruker lang tid på å tømme urinblæren eller de må på toalettet igjen med en gang etter at de har tisset.

RIK tar bare noen få minutter, og du tømmer blæren helt tom



# SJEKKLISTE FØR DU BEGYNNER MED RIK

For at starten og den videre RIK behandlingen din skal bli så god som mulig, har vi laget en sjekkliste over informasjonen du bør ha fått med deg fra opplæringen i RIK. Informasjonen bør være både muntlig og skriftlig.

Kontaktperson: .....

Arbeidsplass: ..... Telefon: .....

Valg av kateter, LoFric ..... CH: ..... Lengde: .....cm

Antall kateteriseringer per dag: .....

## Informasjon om RIK

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Årsaker til problemer med blæretømming | <input type="checkbox"/> Tilpasse kateteriseringsintervallene individuelt                   |
| <input type="checkbox"/> Urinveienes anatomi                    | <input type="checkbox"/> Informasjon om komplikasjoner som for eksempel urinveisinfeksjoner |
| <input type="checkbox"/> Urinveienes normale funksjon           | <input type="checkbox"/> Demonstrere katetre og andre hjelpe-midler                         |
| <input type="checkbox"/> Fordeler med RIK                       | <input type="checkbox"/> Praktiske råd  |
| <input type="checkbox"/> Opplæring i RIK                        |   |
| <input type="checkbox"/> Utføre RIK under tilsyn av instruktør  |   |

Kontaktperson: .....

Arbeidsplass: ..... Telefon: .....

Valg av kateter, LoFric ..... CH: ..... Lengde: .....cm

Antall kateteriseringer per dag: .....

## Oppfølging av RIK

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Gå gjennom vannlatingslisten for å fastslå kateteriseringsintervallet   | <input type="checkbox"/> Praktiske opplysninger om endringer i sortimentet og aktuelle hjemmesider |
| <input type="checkbox"/> Repetisjon av RIK teknikk   | <input type="checkbox"/> Eventuelle komplikasjoner   |
| <input type="checkbox"/> Følg opp hvordan RIK behandlingen påvirker hverdagslivet/livskvaliteten<br>- blir det brukt riktig type kateter?<br>- er kateteriseringsintervallet riktig? | <input type="checkbox"/> Praktiske råd for f.eks. reiser   |

# WELLSPECT WITH YOU

**Når du velger Wellspect får du mye mer enn bare produkter med høy kvalitet. Wellspect With You er vårt gode servicetilbud som gir deg svar og støtte, hele veien.**

Uansett om det er du som er bruker av produktene våre eller du trenger støtte for et familiemedlem, kan du få rask assistanse online eller over telefon, men også personlig. Vi har et bredt spekter av tjenester, fra personlig støtte og kundeservice til opplæring og undervisning.

Gjennom Wellspect With You er vi her når du trenger oss. Vårt mål er å hjelpe deg å glemme dine bekymringer - og bare fortsette å leve livet. Skann QR-koden for å lese mer om Wellspect With You og se vårt utvalg av tjenester



Skann QR-koden for å lære mer om WELLSPECT WITH YOU og se vårt utvalg av tjenester.

## VIL DU VITE MER OM Å FÅ EN GOD START?

- **Lær mer om kroppen og ulike diagnoser**
- **Forstå verdien av ren intermitterende kateterisering (RIK) med LoFric**
- **Se instruksjonsfilmer**
- **Hør brukernes personlige historie**

Alt dette og mye mer finner du på: **wellspect.no**

### Kontakt oss

Hvis du vil vite mer eller lurer på noe angående LoFric katetrene og våre oppfølgingsprogrammer for brukere, må du gjerne kontakte oss direkte. Kundeservice 815 59 118.



Skann QR-koden for å lære mer om våre produkter og tjenester.

# MILJØ OG BÆREKRAFT

I Wellspect streber vi etter å gjøre en reell forskjell, både nå og i fremtiden. Vi ønsker at det vi gjør, skal bidra til økt velvære og livskvalitet for brukerne våre, men ikke på bekostning av planeten. Som produsent av engangsprodukter er vi klar over at vi har et stort ansvar. Når vi utvikler nye produkter, fokuserer vi på å minimere karbonavtrykket i prosessen.



## En grønnere overflate

Vi har forbedret overflatebehandlingsprosessen for LoFric i produksjonsanlegget vårt i Sverige\*. Den nye prosessen bruker 98 % mindre vann og genererer minimalt med avløpsvann. Den bruker også mindre kjemikalier og 100 % biobaserte og resirkulerbare løsemidler. Belegget er klinisk testet og validert med samme høye kvalitet og sikkerhet som tidligere.



## Verdens første miljømerkede kateter\*

Svanen er det offisielle nordiske miljømerket. For å bli tildelt Svanemerket må et produkt oppfylle strenge miljøkrav. Disse omfatter blant annet restriksjoner og forbud mot ulike typer kjemiske stoffer i både produksjon og produkter. Svanemerket gjør det enklere for brukerne å ta et godt valg for miljøet når de velger kateter.



\*Gjelder for LoFric Elle, LoFric Sense, LoFric Hydro-Kit, LoFric Primo og LoFric Origo.

## Referanser

1. Li L et al. Arch Phys Med Rehab. 2013;94:782-7.
2. Vahr S et al. EAUN guideline urethral intermittent catheterization. EAUN 2013.
3. Lamin E, Newman DK. Int Urol Nephrol. 2016;48(6):931-941 .

I Wellspect utvikler vi innovative løsninger innenfor kontinenspleie som kan være med på å endre menneskers liv. Vi føler oss forpliktet til å hjelpe brukere til en bedre selvfølelse og mer selvstendighet, i tillegg til god helse og velvære. Vi har vært ledende i bransjen i over 30 år med varemerkene LoFric® og Navina™. Vi produserer sikre og brukervennlige produkter for blære- og tarmbehandling med minst mulig miljøpåvirkning. Vårt mål er å bli klimanøytrale og vi samarbeider tett med brukere og helsepersonell som hele tiden inspirerer oss til å forbedre våre produkter og tjenester på en bærekraftig måte, nå og for fremtiden

**Wellspect. A real difference.**

For mer informasjon om våre produkter og vårt initiativ Advancing Continence Care Together (ACCT), se Wellspect.no. Besøk oss også på Facebook og Instagram.

**wellspect.no**

Wellspect HealthCare, Karihaugveien 89, 1086 Oslo. Tlf.: 815 59 118.

**LoFric**



Producent: Wellspect HealthCare, Aminogatan 1, Box 14, 431 21 Mölndal, Sverige.  
Tel 031 376 40 00. [www.wellspect.se](http://www.wellspect.se)



Rx Only