



## MIKS ON VAJA KATETERISEERIDA?

Kui te ei saa põit tühjendada loomulikul viisil, on tegemist kusepõie häirega. Selline häire (põie sulgurlihhas on pinges või halvatud) tekitab kusepeetust. Lihtne meetod, millega saab end aidata, on iseseisev kateteriseerimine.

Kateteriseerimine annab võimaluse kontrollida oma kusepõie tühjenemist ja elada tavalist elu.

Regulaarse kateteriseerimise tulemusena väljutatakse uriin põiest (1–6 korda ööpäevas) teatud ajavahemike tagant, mille sagedus selgub uuringu järgselt.

Kateteriseerimine on vajalik pärast seljaaju vigastust/kahjustust ja teisi neuroloogilisi häireid, mis omakorda on põhjustanud häireid kusepõie normaalsel tühjendamisel. Ülitäitunud põie seinas väheneb verevool ja infektsioonioht suureneb.

Kateteriseerimine on mõnikord vajalik ka jääkuriini hulga määramiseks, kui inimesel on raskusi põie tühjamisega (Sclerosis Multiplex, seljaajukahjustus).

Kusepõit kateteriseeritakse nõuetekohaseid reegleid järgides rahulikus kohas, arvestades inimese privaatsusvajadust. Kateteriseerimise õpetus rõhutab, et põis tuleb tühjendada ettenähtud ajal, ka üldhaigestumise korral ja väljaspool kodu.

Tüdrukutel kasutatakse kateteriseerimiseks lühemaid ja poistel pikemaid kusepõie kateetreid.

Patsient, kes end rutiinselt kateteriseerib, peaks käima regulaarselt uroloogi vastuvõtul, hindamaks kuseteede seisundit ja kontrollimaks infektsioonide esinemist.

## Inkotoad Eestis

Kontaktid seisuga detsember 2013

**Tallinn** - Hariduse 6, [inkotuba@inkotuba.ee](mailto:inkotuba@inkotuba.ee),  
tel 646 2121

**Tartu** - Tartu ülikooli Geneetikakeskuse 0 korrus,  
Puusepa 2; [tartu@inkotuba.ee](mailto:tartu@inkotuba.ee), tel 731 8534

**Pärnu** - Kuninga 24, [parnu@inkotuba.ee](mailto:parnu@inkotuba.ee), tel 4430 230

**Rakvere** - Rakvere polikliinik, Tuleviku 1,  
[rakvere@inkotuba.ee](mailto:rakvere@inkotuba.ee), tel 322 3922

**Kohtla-Järve** - Keskallee 29, [kjarve@inkotuba.ee](mailto:kjarve@inkotuba.ee),  
tel 3222 307

**Narva** - Haigla 6, [narva@inkotuba.ee](mailto:narva@inkotuba.ee), tel 35 40 110

**Viljandi** - Tallinna tn 11<sup>a</sup>, [viljandi@inkotuba.ee](mailto:viljandi@inkotuba.ee),  
tel 433 3190

**Kuressaare** - Tallinna mnt 23, [kuressaare@inkotuba.ee](mailto:kuressaare@inkotuba.ee),  
tel 452 4305

**Haapsalu** - Läänemaa Haigla, kab 25, Vaba tn 6,  
[ulle@inkotuba.ee](mailto:ulle@inkotuba.ee), tel 472 5845

**Paide** - Järvamaa Haigla, Tiigi 8, B korpus, kab 204,  
[saskia.liiva@jmh.ee](mailto:saskia.liiva@jmh.ee), tel 384 8120

**Võru** - Lõuna-Eesti Haigla, 4 korrus, kab 423, Meegomäe küla,  
[angela.siidra@leh.ee](mailto:angela.siidra@leh.ee), tel 786 8569

### Koostanud

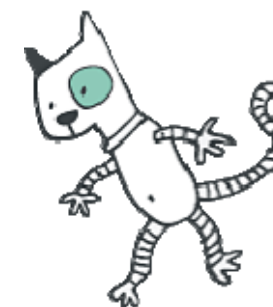
Merle Poola RN

Lydia Epelbaum RN

Välja antud: 2014



[www.kelluke.ee](http://www.kelluke.ee) MTÜ Seljaajusonga ja Vesipeahaige Selts



## Kateteriseerimine

Abivahendid,  
soodustused - kellele?  
milleks?

Infovoldik

## ABIVAHENDITE RIIGIPOOLSED SOODUSTUSED JA MÜÜK

- Isikliku abivahendi kaardi olemasolul on ostusoodustus 50%
- Isikliku abivahendi kaardi olemasolul on kateetrite jaoks vajalik täiendav arstitõend (kateetrite vajaduse kinnitamiseks)
- Puuet kinnitav dokument koos isikliku abivahendikaardiga annab ostusoodustust 90%
- 90% soodustus kehtib puuet kinnitava dokumendi alusel kuni 18-aastastele lastele. Kui laps õpib ja esitab koolitõendi, siis saab soodustust kuni 24. eluaastani.
- Kui laps on alla 3a, siis tuleb esitada taotlus elukohajärgse maakonna sotsiaalametisse või vallavalitsusse, et saada soodustust kateetrite ostuks.
- ❖ „Lofric“ kateetrite taotlemiseks helistada AS Semetroni (tel 6137 600 – Tallinn, 742 8925 – Tartu).  
[www.semetron.ee](http://www.semetron.ee), e-mail [semetron@semetron.ee](mailto:semetron@semetron.ee)  
Eelnevalt on vajalik võtta isikliku abivahendi kaart koos vastava märkega kateetrite vajaduse kohta.
- ❖ Inkotubade kaudu väljastatakse maksimaalselt 90 kateetrit kuus (v.a Lofric-tüüpi)
- ❖ Inkotubades on müügil ka libestusgeel kateetritele
- ❖ <https://www.tenapood.ee/> Infotelefon 6782 110 (T-N 10-18)
- ❖ <https://www.tenapood.ee/kateetrid/>
- ❖ <http://www.kuivaks.ee/>

## ISIKLIKU ABIVAHENDI KAARDI TAOTLEMINE

- Külastage ARSTI, kes kirjutab teile vastava tõendi. Selle võib kirjutada nii pere- kui ka mõni teine arst.
- Arstitõendiga minge oma kodukohta SOTSIAALTÖÖTAJA juurde, kes väljastab teile isikliku abivahendi kaardi.

Isikliku abivahendi kaardiga saate hooldus- ja abivahendeid müüvast FIRMAST osta kateetreid riigipoolse soodustusega.

## ISESEISVAKS KATEETERDAMISEKS VAJALIKUD ABIVAHENDID

- kateeterdamiseks sobiv (privaatne) ruum
- kateeter (pakendis)
- peegel, kui seda kasutatakse
- niisked salvrätikud, mis ei sisalda alkoholi
- seep, soovitatavalt ilma parfüümita (lõhnastatud seebid tekitavad rohkem nahaärritust ja allergiat)
- rätik kuivatamiseks, sobivad ka paberrätikud
- uriinikogumiskott/nõu (vajadusel)
- prill-laua kate ühiskondlikus tualetis käimiseks
- libesti
- Octenisept – desinfitseeriv vahend limaskestadele, kui puudub pesemisvõimalus

## SOOLESTIKU TÖÖ TAGAMINE ON TÄHTIS

- Jooge rohkelt selgeid vedelikke.
- Sööge tervislikku toitu.
- Võimelge!
- Hoidke oma nahka, riideid ja kodu puhtana
- Enne soole tühjendamist tühjendage kusepõis kateetri abil (pressimine on keelatud\*).
- Tühjendage korrapäraselt põit ja soolt, see peab kujunema igapäevaseks rutiiniks.
- Vajadusel kasutage soole tühjendamiseks lahtistavaid küünlaid ja puhastusklustiire.
- Ärge häbenege küsida spetsialistidelt nõu: see aitab Teil leida optimaalse lahenduse nii kusepõie kui ka soole funktsioneerimisega seotud probleemidele.

\* Vastasel juhul võib pressimise ajal põies olev uriin liikuda neerude suunas.



## KUSEPÕIE KATEETRID TÜÜBI JA SUURUSE JÄRGI

### Kusepõie kateetri tüübid materjali järgi:

- latekskateeter
- libestiga kaetud latekskateeter
- 100% silikoonkateeter/100% hüdrogeelkateeter,
- polüvinüülkloriid-kateeter (PVC).

### Kusepõie kateetrid suuruse järgi:

Rahvusvahelised kusepõie kateetri ühikud on Charriere (Ch) = French (Fr) kateetri suurus välise diameetri järgi:

- 1 Ch/Fr = 1/3 mm
- lapsed – 6-10 Ch/Fr
- naised – 10-14 Ch/Fr
- mehed – 12-16 Ch/Fr

