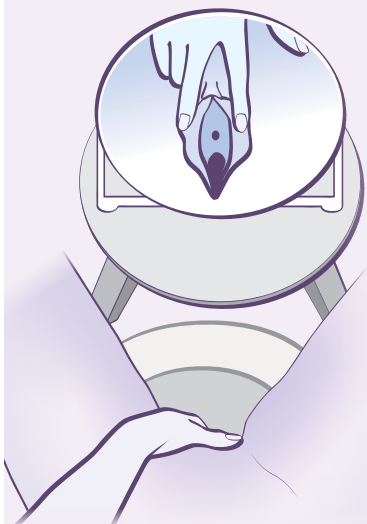
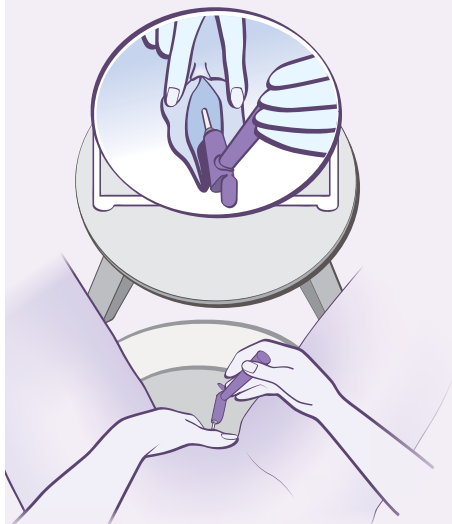


Kom godt i gang



1. Lær kroppen at kende

- Urinrørsåbningen er et lille hul, det sidder lige over skedeindgangen og under klitoris.
- Urinrøret udmunder tæt ved tarmåbningen, hold området rent for at forebygge infektion.
- Det kan være svært at se - et spejl kan være en hjælp i begyndelsen.



2. Vælg en behagelig stilling

- Det er lettest at sidde på toilettet. Hvis dette ikke er muligt, find i stedet en anden og bedre position.
- LoFric Elle med håndtag vil hjælpe dig med at:
 - Finde dit urinrør fra begyndelsen
 - Give bedre kontrol
 - Undgå at røre ved kateteret og forbedrer hygiejnen
 - Give den bedste vinkel ved indføring

Vigtig information

LoFric[®] Elle[™] hydrofilt kateter til engangsbrug, klar til brug.

Til kvindelige brugere; voksne, unge og børn.

Til kort- og langsigtet behandling med ren intermitterende kateterisering.

LoFric katetre anvendes kun ved bevilling.

Sørg for at følge de råd og den oplæring i kateteriseringsproceduren, som du har fået af sundhedspersonalet, før du bruger den.

Se den medfølgende brugsanvisning for vigtige oplysninger og fuldstændige instruktioner.

Kontakt din læge, hvis du oplever problemer.

Hos Wellspect udvikler vi innovative løsninger for kontinenspleje, som kan forbedre livskvaliteten for mennesker med blære- og tarmproblemer. Vi vil inspirere vores brugere til bedre selvværd og selvstændighed samt til et godt helbred og velbefindende. Vi har været ledende indenfor branchen i 40 år med vores varemærker LoFric[®] og Navina[™]. Vores målsætning er altid at minimere klimaaftrykket fra vores produkter, og vi stræber passioneret efter at blive klimaneutrale. Vi arbejder tæt sammen med brugere og sundhedspersonale for at forbedre vores produkter og tjenester på en bæredygtig måde, både i dag og i fremtiden.

Wellspect. En Reel Forskel.

For mere information om vores produkter og services, besøg [Wellspect.dk](https://wellspect.dk).

Deltag i samtalen på LinkedIn, Twitter, Facebook og Instagram.

wellspect.dk

Wellspect HealthCare, Maglebjergvej 10, 2800 Kongens Lyngby. Telefon 43 62 43 32.

LoFric



Manufacturer: Wellspect HealthCare, Aminogatan 1, P.O. Box 14, SE-431 21 Mölndal, Sweden.
Phone: +46 31 376 40 00. www.wellspect.com

CE 2797

R_x Only

Din trin-for-trin guide til Ren Intermitterende katerterisering (RIK)

Ved hjælp af LoFric® Elle™ kateteret

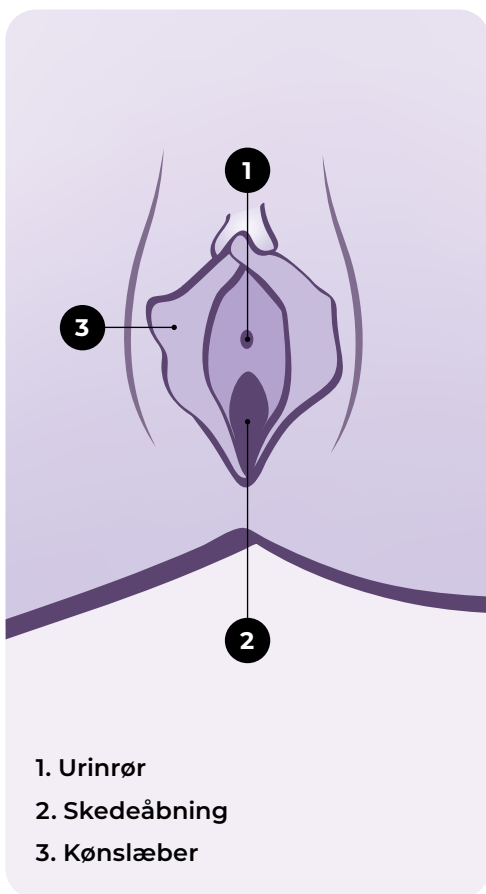
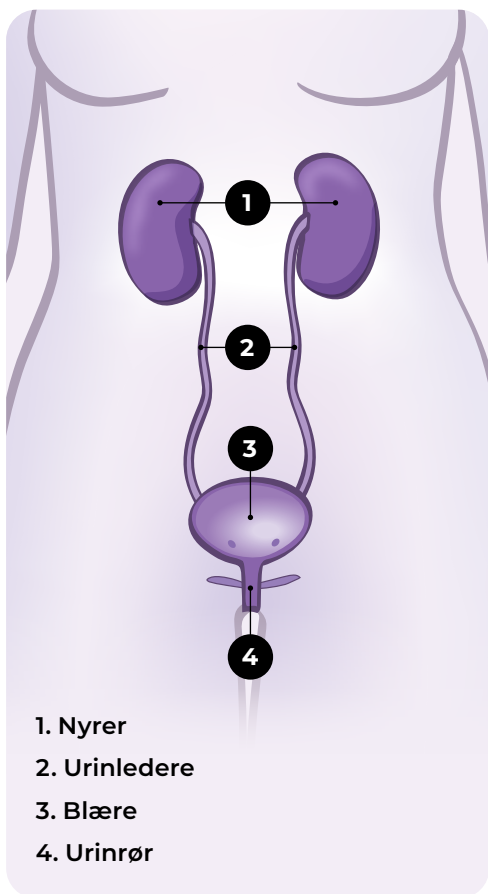


LoFric® Elle™

Hvad er Ren Intermitterende Kateterisering (RIK)?

Ren Intermitterende Kateterisering (RIK) sikrer fuldstændig blæretømning, når blæren ikke kan tømme sig helt:

- Understøtter blærens og nyrernes sundhed.
- Reducerer risikoen for infektioner.
- Giver dig igen troen på, at du styrer din blære.



Trin-for-trin

Kateteriseringsvejledning

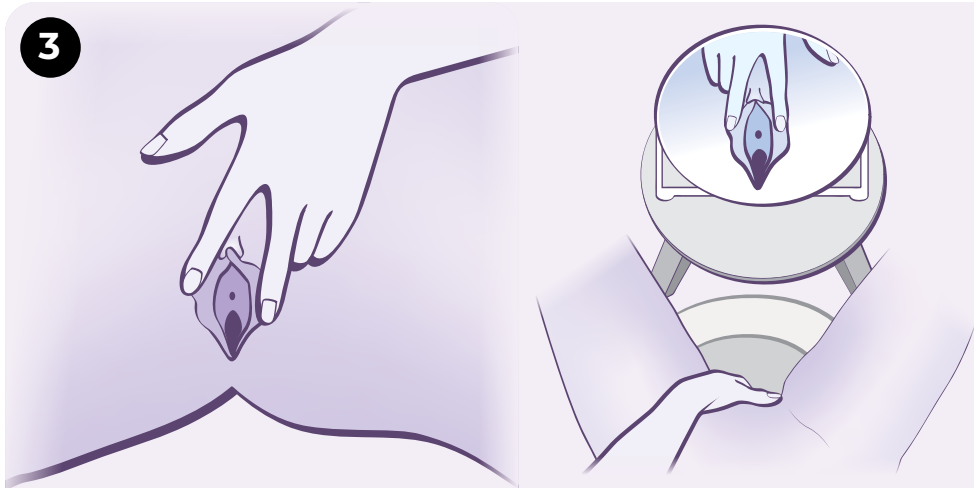
1



Trin 1: Vask dine hænder og gør dig klar.

Vask dine hænder grundigt med vand og sæbe både før og efter kateteriseringen.

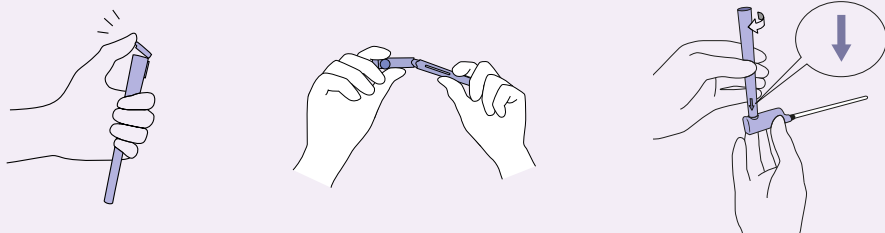
3



Trin 2: Find urinrøret.

Brug et spejl, hvis det er nødvendigt.

Adskil kønslæberne med din ikke dominerende hånd, løft lidt opad, og lokalisér urinrørsåbningen.

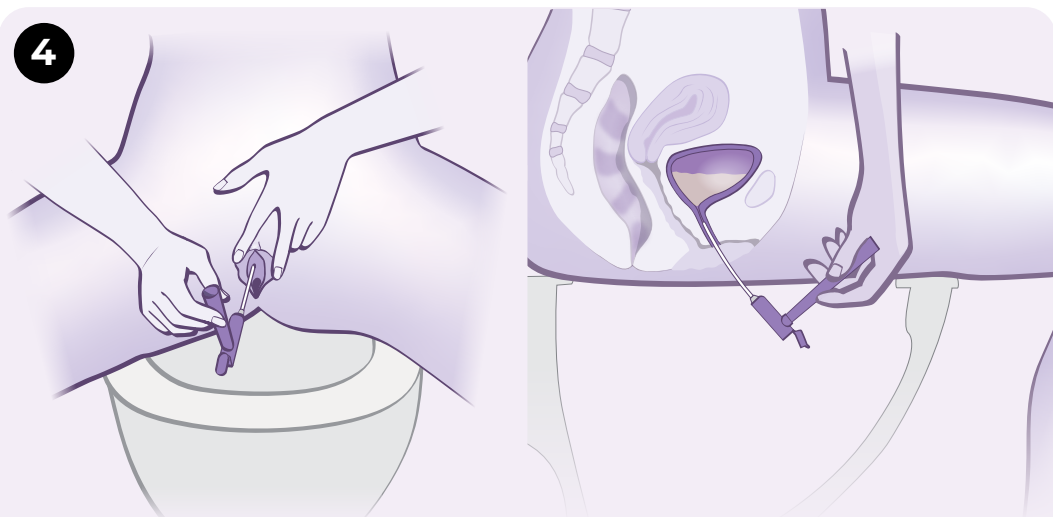
2

Trin 3: Åben LoFric Elle kateteret og sæt håndtaget på.

Bryd den øvre åbning.

Frigør forsigtigt kateteret fra beholderen, bøj det let for at åbne.

Sæt håndtaget på kateteret, sørg for at pilen på håndtaget peger mod kateteret. Drej forsigtigt til der høres et lille klik.

4

Trin 4: Indsæt kateteret.

Vip bækkenet lidt frem og skil kønslæberne.

Hold i håndtaget med din dominerende hånd.

Før forsigtigt kateteret ind i urinrøret.

5

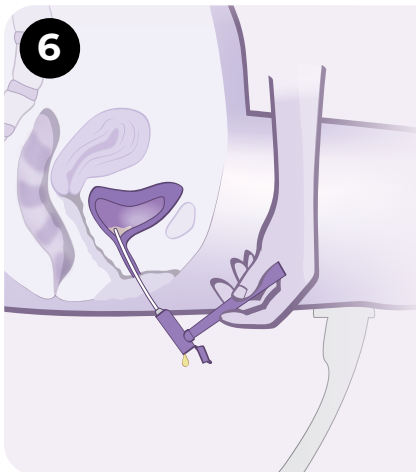


Trin 5: Vent på at urinen løber

Så snart urinen løber, så er kateteret det rigtige sted.

Skub gerne kateteret lidt længere op, for at sikre, at det er helt inde i blæren.

6



Trin 6: Fjern kateteret

Når der ikke kommer mere urin, trækkes kateteret forsigtigt ud.

Hvis der kommer lidt mere urin, så vent til der ikke kommer mere, for at sikre, at blæren er helt tom.

7



Trin 7: Bortskaf eller genbrug.

Læg kateteret tilbage i beholderen. Bortskaf det, eller tag det med dig. OBS! etuiet kan sorteres som hård plastik.

Tips til success

- Øv dig i rolige omgivelser.
- Tag den tid tager, selvtillid opbygges med erfaringen.
- Bed om støtte og vejledning, når du har behov for det.

Del dine tanker

Vi ved det kan være udfordrende at lære RIK. Det er derfor vi har udviklet LoFric Elle - for at hjælpe kvinder, som dig. For at hjælpe os med at forbedre vores vejledning, og det materiale vi tilbyder, vil vi sætte stor pris på din feedback. Du skal bare scanne QR koden, og dele dine tanker - det tager kun et minut.



Scan QR koden
og kom frem til
spørgeskemaet.

Sygeplejerskens kontaktinformation:

Jeg skal RIK'e _____ gange om dagen.

Anden information: _____
