

## Rakonkoulutus cystofix (virtsarakkokatetri ihon läpi)

Sinulle on asetettu katetri vatsanpeitteiden läpi virtsarakkoon. Katetrin tarkoituksena on virtsan esteetön kulku virtsarakosta. Hoito on tarkoitettu väliaikaiseksi. Sen jälkeen, kun hoitava lääkäri on antanut sinulle ohjeen virtsata normaalia kautta, voit totuttaa rakkoa normaaliin toimintaan.

### Puhtaus

Tulehdusten välttämiseksi pese kätesi ennen katetrin käsittelyä ja myös sen jälkeen.

### Ohjeita harjoitteluun

Katetri pidetään ensin noin kaksi viikkoa koko ajan auki pussiin yhdistettynä.

Sen jälkeen voit aloittaa seuraavan harjoittelun:

1. Katetria pidetään korkilla suljettuna, jolloin rakko täyttyy normaalisti.
2. Kun tunnet virtsaamistarpeen, tyhjennä rakko normaalisti virtsaten kannuun, jolla voit mitata virtsamäärän
3. Tämän jälkeen yhdistä katetri keräypussiin tai valuta jäännösvirtsasta astiaan ja odota kunnes rakko on täysin tyhjentynyt.

Jos virtsaamisen tarvetta ei tule, tyhjennä rakko katetrasta noin neljän tunnin välein. Pidä yöllä katetri auki pussiin yhdistettynä.

Jos virtsaa tulee normaalisti alakautta ja kun katetrasta tyhjenetty virtsamäärä on toistuvasti alle \_\_\_\_\_ml, voi katetrin poistaa terveyskeskuksessa.