

Zbavte sa obáv

A PROBLÉMOV!



mi, ktoré sa museli prevárať, je použitie lubrikovaných jednorazových katétrov neporovnateľne jednoduchšie. „Rýchlo sa používajú a následne ich vyhodím. Veľmi klzký, lubrikovaný, povrch zabezpečí ľahké zavádzanie,“ opisuje pozitívne skúsenosti Veronika. Už sa nezatvára doma len preto, aby mala stále poruke toaletu a nemusí používať vložky, s ktorými bol život telesne postihnutých veľmi diskomfortný. „Idem na hociktorú toaletu ako normálny človek, kedykoľvek potrebujem, aj s balením hydrofilných katétrov v kabelke,“ hovorí.

OBAVY SÚ ZBYTOČNÉ!

I keď sú jednorazové katétre na Slovensku na trhu už niekoľko rokov, mnoho ľudí o nich nevie. Preto tí, čo majú problémy s močovým mechúrom a následnými zápalmi obličiek, stále trpia. „Je to novinka a týka sa veľmi intímnej záležitosti. Mnoho ľudí preto o tom nechce rozprávať. Boja sa, nemajú skúsenosti, radšej znášajú problémy,“ myslí si Veronika.

Ľudia s inkontinenciou majú dokázateľne problémy začleniť sa do spoločnosti práve pre zápach

vložiek či plienok, ktoré musia nosiť. Nemôžu ísť do práce či do školy. A katétre toto všetko odbúravajú. „Len čo mám nutkanie na potrebu, idem na WC a použijem katéter. Trvá to veľmi krátko, niekoľko sekúnd,“ opisuje ľahkú manipuláciu. Veronika sa vďaka tomu zaradila medzi normálne fungujúcich zdravých ľudí. „Neobmedzuje ma to, práve naopak, otvorilo mi to dvere do života. Môžem ísť kedykoľvek kamkoľvek, či už do prírody, bazéna, alebo na dovolenku k moru,“ teší sa. „Kto to nevyskúšal a nepoužíva ich, okráda sám seba o možnosť aktívneho života, pretože keď si spomeniem na časy, keď som bola dieťa,

a na zápal, ktoré u mňa boli veľmi časté, je to neporovnateľné,“ dodáva. Intermitentné katétre predpisuje urológ a sú plne hradené zdravotnou poisťovňou. Pacient ich dostáva v potrebnom množstve bezplatne v lekárni alebo vo výdajni zdravotníckych potrieb. Používanie týchto katétrov je jednoduché. Katéter je pripravený na okamžité použitie. Je v sterilnom roztoku, ktorý udržiava veľmi klzký povrch katétra, takže ho pri zavádzaní do močovej rúry takmer nebudete cítiť.

UŽ AJ MALÉ DETI...

Deti sa môžu učiť autokatetrizácii od štyroch – piatich rokov za predpokladu, že majú v rukách dostatočnú citlivosť na ovládanie tenkého katétra. Nezapadnite však, že by mali byť poučené o správnom používaní zdravotnou sestrou alebo lekárom. „Prichádzali za mnou rodičia, ktorí sa ma pýtali na skúsenosti a chceli, aby sa ich deti cievkovali,“ spomína si Veronika.

S ODVAHOU CESTUJTE...

Hoci sú katétre dostupné v mnohých krajinách, nemusíte ich dostať všade. Pre vašu bezpečnosť je najlepšie zobrať si so sebou potrebný počet podľa dĺžky pobytu. „Vždy počas ciest si vezmem toľko katétrov, koľko potrebujem,“ hovorí z vlastnej skúsenosti Veronika. Aby ste sa vyhlásenie od vášho lekára, v ktorom sa píše, že katétre sú nevyhnutnou pomôckou pre vašu osobnú zdravotnú potrebu. Intermitentné katétre sú určené ako liečba hlavne ľuďom po poškodení miechy, pri vrodených chybách, skleróze multiplex, ale aj pri mnohých ďalších diagnózach a postihnutiach. Odporúčanie takejto liečby je plne v kompetencii urológa. „Nebojte sa a spýtajte sa najbližšieho urológa, aj ja som tak urobila,“ uzatvára svoje rozprávanie Veronika.

MÁRIA GYURÁNOVÁ

Ste na vozíčku alebo sa staráte o imobilného člena rodiny? Jednou z komplikácií imobilnosti alebo dlhodobého pobytu na lôžku môže byť aj odvádzanie moču z tela. Kto si uľahčí život samocievkovaním, zníži výskyt infekcií a inkontinencie"

S amovolné pomočovanie je pre ľudí veľkým problémom, až traumou. Dobrou správou pre každého, kto ním trpí, je autokatetrizácia, ktorá umožní eliminovať ho a viesť prakticky normálny život. So svo-

jím príbehom a vlastnými skúsenosťami sa nám zverila Veronika Vadovičová. Táto úspešná žena má dvadsaťsedem rokov a od narodenia žije s telesným postihnutím. „Narodila som sa s rúžštepom chrbtice a kvôli tomu som inkontinentná,“ začala svoje rozprávanie a zverila sa, že zo začiatku mala strach priznať to na verejnosti. Práve vďaka katétrom na jedno použitie žije svoj život neporovnateľne slobodnejšie ako pred desiatimi rokmi. Oproti jej prvým skúsenostiam s katétra-