



Wellspect®  
A REAL DIFFERENCE

Per donna  
GESTIONE DELLA  
VESCICA E  
CATETERISMO  
INTERMITTENTE

LoFric®

La disfunzione della vescica ha spesso un forte impatto sulla vita di tutti i giorni. Trovare una routine idonea ti permetterà di riprendere il controllo e di acquisire la fiducia necessaria per riuscire a fare le cose che ami. In questo opuscolo abbiamo raccolto informazioni sulla gestione delle vie urinarie, sui possibili sintomi e sulle terapie che possono aiutarti ad avere una buona gestione della vescica. Ci auguriamo che possa esserti utile.

Ci teniamo a ringraziare gli urologi e gli infermieri della Scandinavia per il loro supporto di verifica dei contenuti.



# INDICE

<b>Le vie urinarie e la tua salute</b>	4
Gestione della vescica	7
Infezioni delle vie urinarie	8
Cateterismo	11
Che cosa è il cateterismo intermittente (CI)?	12
Come il CI può risolvere il tuo problema?	13
Istruzioni per effettuare il CI	14
Tipologie di cateteri	16
Consigli e suggerimenti	18
Checklist prima di iniziare il CI	19
Testimonianze di vita	20

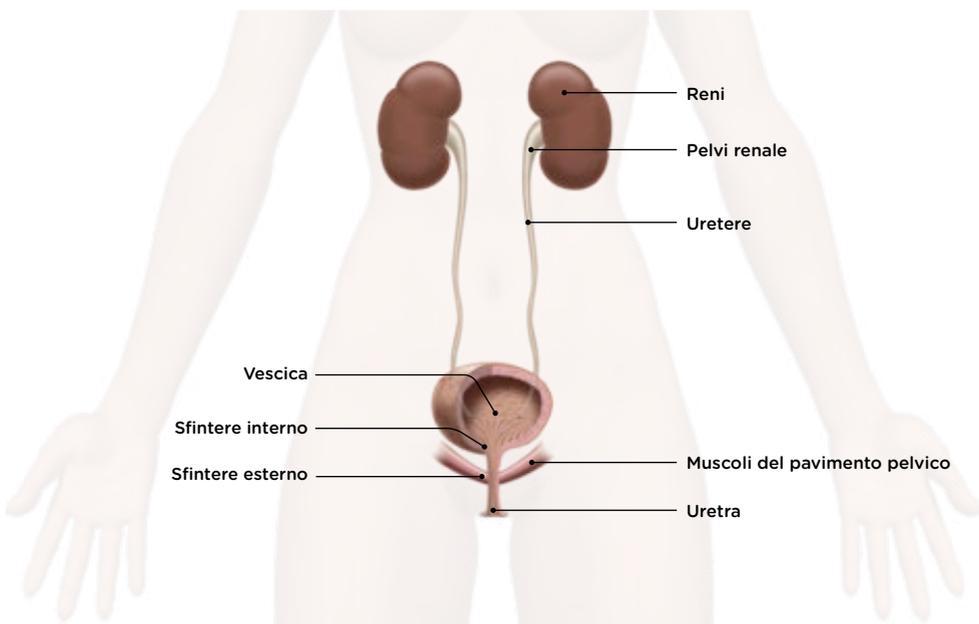


# LE VIE URINARIE E LA TUA SALUTE

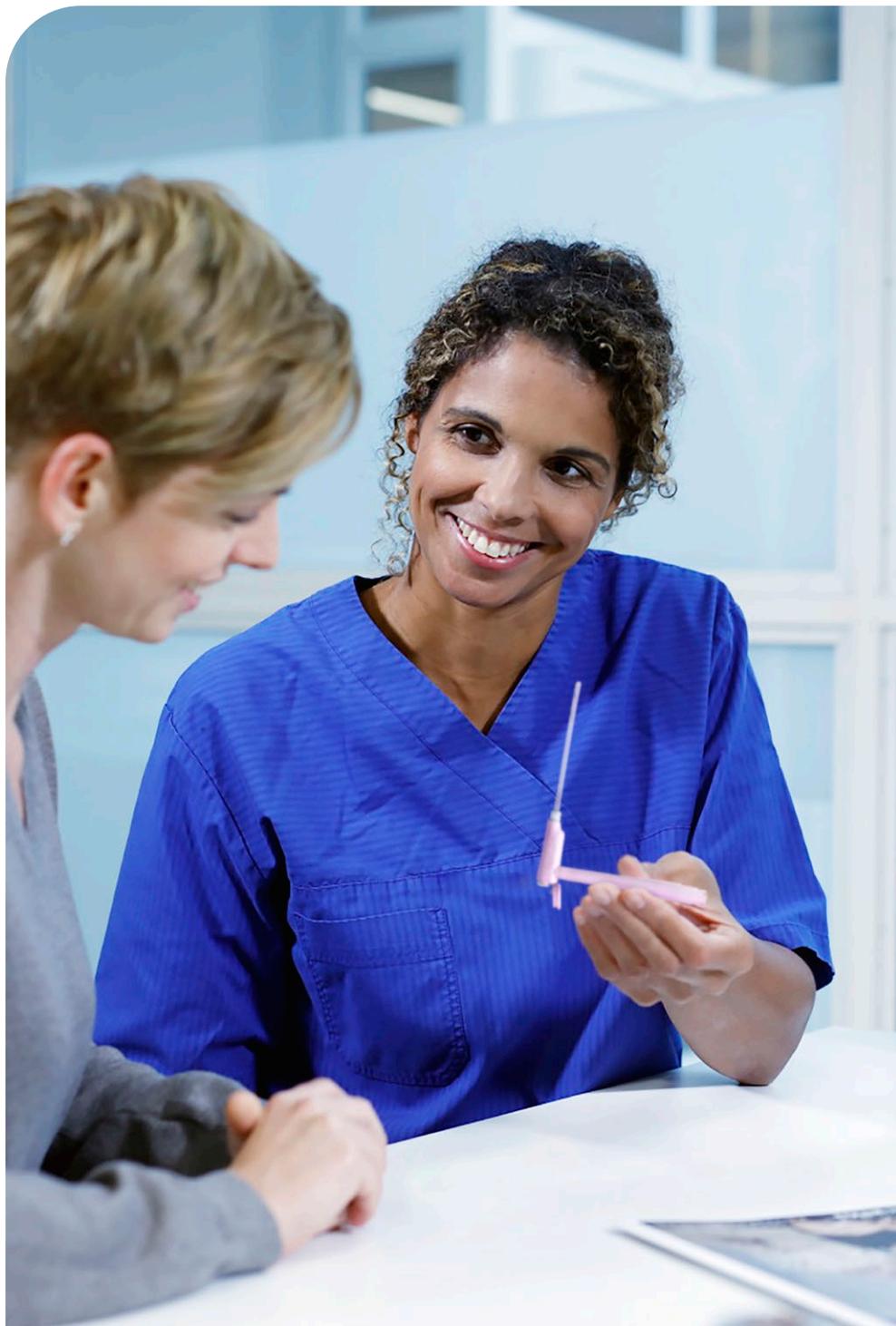
**La salute delle vie urinarie è importante per il nostro benessere, Infatti la nostra vita dipende da questo.**

I reni hanno due funzioni principali: l'eliminazione dei prodotti di scarto dal sangue e la regolazione dell'equilibrio idro-salino nel corpo. I reni eliminano i prodotti di scarto sotto forma di urina. L'urina viene raccolta nella vescica che funge da serbatoio. La vescica è infatti un grande muscolo capace di espandersi e contrarsi.

Il volume della vescica diminuisce e l'urina passa attraverso lo sfintere interno che funziona come una valvola di sicurezza che può essere aperta o chiusa. Quando è aperto, l'urina può fuoriuscire e fluire nella toilette. Lo svuotamento della vescica è controllato dal sistema nervoso centrale, attraverso azioni volontarie ed involontarie. Il volume dell'urina varia da persona a persona, ma di norma è di 200-400 ml a minzione e di 1-2 litri nelle 24 ore. La maggior parte delle persone urina dalle quattro alle otto volte al giorno.







# GESTIONE DELLA VESCICA

## I tre principali approcci terapeutici:

- Prevenire il reflusso di urina e il danno renale
- Evitare le complicanze, come grandi quantità di urina residua e infezioni delle vie urinarie
- Migliorare la qualità di vita riducendo l'incontinenza e il frequente bisogno di urinare

## Gestione e trattamenti

I professionisti sanitari possono personalizzare una terapia per gestire dei problemi specifici. Per problemi di lieve entità il trattamento di norma inizia con consigli e suggerimenti su come gestirli.

## Svuotamento della vescica

Il cateterismo vescicale è una terapia per coloro che hanno difficoltà a svuotare la vescica o la cui vescica non riesce a svuotarsi adeguatamente durante la minzione (urina residua). Esistono due diverse tipologie di cateterismo: cateterismo intermittente (CI) e a permanenza.

## Farmaci

Sono disponibili dei farmaci che riducono il bisogno di urinare, tali farmaci rilassano il muscolo della vescica.

Esiste inoltre un farmaco iniettabile nella parete muscolare della vescica capace di ridurre l'iperattività della vescica. Talvolta, dopo il trattamento, potrebbe essere necessario l'autocateterismo in quanto il farmaco è talmente efficace che il muscolo della vescica potrebbe non essere più capace di contrarsi per svuotarla.

## Queste terapie sono spesso combinate:

- Ad esempio, farmaco per rilassare una vescica iperattiva.
- Cateterismo intermittente (CI). La vescica viene svuotata completamente utilizzando un catetere monouso.
- Uso di una soluzione contro l'incontinenza
- Esercizi per la vescica e/o il pavimento pelvico

Consultare il medico o un infermiere. Esistono molti modi di migliorare la propria qualità di vita

# INFEZIONI DELLE VIE URINARIE

**Una condizione neurogena può influenzare lo svuotamento della vescica, rendendo le vie urinarie particolarmente esposte alle complicanze.**

Le infezioni delle vie urinarie (UTI) sono frequenti in persone interessate da patologie che influenzano la capacità di svuotamento, completo o parziale, della vescica.

Una UTI è un'infezione batterica che colpisce alcune parti delle vie urinarie. L'urina contiene un certo numero di liquidi, sali e prodotti di scarto. Di norma l'urina non contiene batteri. Quando i batteri riescono a entrare nella vescica o nei reni e si moltiplicano nell'urina, attaccano il rivestimento della vescica causando una UTI.

Le infezioni delle vie urinarie (UTI) si dividono in asintomatiche e sintomatiche. L'UTI asintomatica implica che la presenza di batteri nelle urine non provoca alcun sintomo.

La presenza di batteri nell'urina senza sintomatologia (vedere segni di UTI sintomatica) non implica necessariamente l'insorgenza di UTI o la necessità di terapia antibiotica.

Il medico potrebbe chiedere al paziente di fornire un campione di urina in caso di sospetta UTI, in modo da somministrare il giusto antibiotico.

## **Segni di UTI sintomatica:**

- Cambiamenti nella funzionalità della vescica
- Perdite/aumento delle perdite
- Sudorazione/sensazione di bruciore durante lo svuotamento della vescica
- Frequente bisogno di urinare
- Dolore al basso addome o alla schiena
- Sangue nell'urina
- Febbre e/o generale peggioramento delle condizioni di salute
- Aumento della spasticità (maggiore tensione muscolare)
- Aumento di reazioni involontarie, come sudorazione e brividi

**In presenza di sintomi di infezione delle vie urinarie, contattare un professionista sanitario per assistenza medica.**





# CATETERISMO

## **Svuotamento della vescica con un catetere**

Il cateterismo rappresenta una soluzione nel caso in cui la vescica non sia in grado di svuotarsi completamente.

Esistono due diversi metodi di fare cateterismo: cateterismo intermittente (CI) e il cateterismo mediante "catetere a permanenza". Il CI è la terapia di prima scelta e consiste nello svuotare regolarmente la vescica utilizzando un catetere monouso.<sup>1,2</sup>

## **I benefici del CI<sup>1,2</sup>**

Sono molti i benefici legati al CI rispetto all'utilizzo di un catetere a permanenza. Lo scopo del CI è quello di svuotare

completamente la vescica con regolarità e prevenire l'insorgenza di UTI, perdite di urina e frequente bisogno di urinare. L'utilizzo del CI permette una vita sessuale attiva.

## **Cateteri a permanenza**

Un catetere a permanenza drena l'urina dalla vescica con continuità in quanto il catetere rimane in posizione per molti giorni o settimane. Si mantiene in posizione grazie a un palloncino gonfiato all'interno della vescica. Il catetere può essere inserito attraverso l'uretra (catetere a permanenza uretrale) oppure attraverso un piccolo foro nell'addome e nella vescica (catetere sovrapubico).

## **Sono molti i benefici legati al CI con catetere monouso, inclusi<sup>1,2</sup>:**

- **Protezione delle basse e alte vie urinarie**
- **Svuotamento completo della vescica, con riduzione del rischio di infezione delle vie urinarie**
- **Miglioramento della qualità di vita con riduzione dell'incontinenza e del frequente bisogno di urinare**



# CHE COSA È IL CATETERISMO INTERMITTENTE?

**Il cateterismo intermittente (CI) è un metodo per svuotare regolarmente la vescica tramite un catetere monouso. E' efficace in caso di problemi a trattenere l'urina o a svuotare la vescica.**

## **Come funziona il CI?**

Il CI comporta l'inserimento periodico di un catetere in vescica per far defluire l'urina. Permette alla vescica di svuotarsi completamente. Quando la vescica è vuota, il catetere viene estratto e gettato. La maggior parte delle persone impara molto rapidamente ad effettuare l'autocateterismo. Con un po' di pratica, saranno necessari pochi minuti.<sup>2-4</sup>

Il CI può intimorire, sembrare difficile o scomodo. Proprio come con qualsiasi altra procedura la pratica porta al perfezionamento. Migliaia di donne, uomini e bambini in tutto il mondo effettuano l'autocateterismo ogni giorno. Previene inoltre il rischio di danno renale e di infezioni delle vie urinarie.<sup>1,2</sup>

## **Con quale frequenza?**

Il numero dei cateterismi dipende dalla quantità di urina. La quantità di urina non deve eccedere i 400 ml a minzione. Il numero dei cateterismi da effettuare varia da soggetto a soggetto e dipende dall'assunzione di liquidi. Il CI viene di norma effettuato dalle quattro alle sei volte al giorno, raramente di notte.

## **Scopo del trattamento<sup>2</sup>**

- Prevenire il reflusso urinario e il danno renale
- Prevenire le complicanze, come grandi quantità di urina residua e infezioni delle vie urinarie
- Migliorare la qualità di vita riducendo l'incontinenza e il frequente bisogno di urinare

# IN CHE MODO IL CI PUÒ RISOLVERE IL PROBLEMA?

## **Ridurre il rischio di insorgenza di infezioni delle vie urinarie**

Il completo svuotamento della vescica riduce il rischio di infezione delle vie urinarie.<sup>1,2</sup> Per poterle prevenire, è necessario svuotare completamente la vescica con regolarità.

## **Migliorare la propria qualità di vita**

Minimizzare il rischio di infezione delle vie urinarie e/o di incontinenza può aiutare a condurre una vita più soddisfacente, senza preoccuparsi di odori di urina imbarazzanti o abiti bagnati. Permette un migliore controllo e un miglioramento della qualità di vita. Inoltre, uno svuotamento completo della vescica ridurrà la frequenza dei passaggi alla toilette.

## **Risparmiare tempo**

Molte persone hanno bisogno di rimanere a lungo in toilette per svuotare la vescica, oppure di tornarvi subito dopo esserci stati. Il CI richiede solo qualche minuto e la vescica viene svuotata completamente.

## **Prevenire l'incontinenza e il frequente bisogno di urinare**

Svuotare completamente la vescica con regolarità aiuta a evitare perdite e il frequente bisogno di urinare. Una vescica troppo piena può causare perdite incontrollate.

## **Mantenere la funzionalità dei reni nella norma**

Il completo e regolare svuotamento della vescica previene i danni renali, in particolare se si soffre di patologie neurologiche che causano tensioni anomale sulla vescica.

# COME EFFETTUARE IL CI

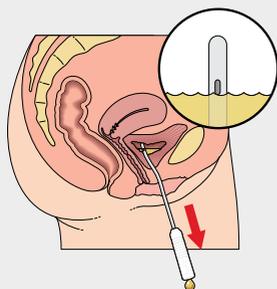
1. Preparare il catetere per l'uso.



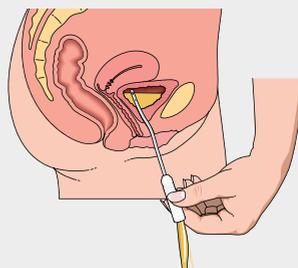
2. Lavarsi le mani con acqua e sapone prima e dopo il cateterismo. Toccare il catetere il meno possibile dopo aver lavato le mani e prima dell'autocaterismo.



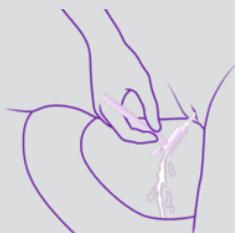
3. Allargare le labbra e sollevarle lievemente per localizzare l'uretra.



4. Inserire lentamente il catetere nell'uretra. Quando l'urina inizia a defluire, far avanzare il catetere per ulteriori uno o due centimetri.



5. Quando l'urina smette di defluire, estrarre leggermente il catetere con delicatezza. Se il flusso riprende, attendere che smetta del tutto, quindi estrarre completamente il catetere.



**LoFric® Elle™** è un catetere idrofilico monouso pronto all'uso in cui il contenitore diventa una maniglia, una volta collegato al catetere. La maniglia è ergonomica, migliora il controllo e garantisce una maggiore igiene.

Maggiori informazioni sulla scelta del catetere a pagina 17.

## Trovare una posizione comoda e usare gli accessori necessari.



All'inizio può essere utile usare uno specchio per individuare l'uretra. Con un po' di pratica si riuscirà a individuare l'uretra sentendola con il dito.



A volte è più semplice trovare l'uretra se si è in posizione eretta.



Allargare le labbra e inserire il catetere. Fare fuoriuscire l'urina nella toilette.



Se si effettua l'autocatereterismo su una carrozzina, potrebbe essere utile utilizzare una sacca di raccolta per l'urina oppure LoFric® Hydro-Kit™.



Questo è un esempio di svuotamento di vescica con una prolunga. Un suggerimento è quello di posizionare la prolunga tra la base del water e il copraiwater per mantenerla ferma.



All'inizio dell'autocatereterismo è d'aiuto utilizzare uno specchio per identificare l'uretra.

# COSE DA SAPERE SULLE TIPOLOGIE DI CATETERI

**Apprendere una nuova tecnica nel modo giusto fin dall'inizio è sempre un vantaggio. Questa regola vale anche per il cateterismo. Il primo passo è scegliere un catetere adatto, sulla base di una adeguata conoscenza delle opzioni disponibili.**

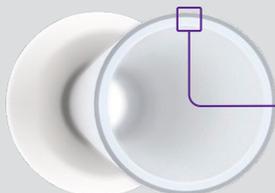
La maggior parte delle persone preferisce un catetere che sia semplice da usare e da inserire.

Un aspetto altrettanto importante è pensare alla salute a lungo termine.

Per questo è necessario valutare anche la superficie del catetere perchè è quella parte che rimane a diretto contatto con l'uretra durante ogni cateterismo.

Una superficie liscia, ben lubrificata, dotata di rivestimento idrofilico può fare la differenza, specialmente se usata per un lungo periodo di tempo.<sup>1,5</sup>

LoFric è un catetere monouso dotato di rivestimento idrofilico, adeguato alle condizioni naturali dell'uretra, capace di minimizzare le complicanze legate al cateterismo anche dopo un utilizzo a lungo termine.<sup>5,6</sup>



Sali/soluti + acqua  
PVP

Tubo del catetere

Lo strato esterno del catetere è costituito da un sottile strato di PVP che unito ai sali/soluti, nella corretta concentrazione, lega l'acqua alla superficie del catetere. In questo modo, la superficie del catetere resta liscia e confortevole durante l'intera procedura.

# LOFRIC - LA SCELTA SU CUI CONTARE, SEMPRE

## LoFric Elle:

LoFric® Elle™, progettato per le donne dalle donne, è un catetere intermittente idrofilico. Il suo esclusivo design ergonomico consente al contenitore di diventare un'impugnatura a L quando collegato al catetere, il che permette di mantenere una posizione eretta del corpo e il massimo controllo durante il cateterismo. LoFric Elle è sottile, discreto e comodo da portare con se, richiudere e smaltire.



## LoFric Hydro-Kit

LoFric® Hydro-Kit™ è un kit completo per cateterismo intermittente. Dispone di una sacca di raccolta integrata ed è pronto all'uso ovunque. Gli anelli consentono una facile apertura, mentre l'impugnatura testurizzata garantisce una presa sicura e consente di adottare la tecnica no-touch. Il collo lungo consente di tenere il catetere sopra le ginocchia, in modo da agevolare il cateterismo.



*\*Tutti i cateteri idrofilici LoFric sono monouso.*

*Assicurarsi che l'utilizzatore riceva un'adeguata formazione sulla procedura di cateterismo.*

*LoFric è utilizzabile solo dietro prescrizione medica.*



## CONSIGLI E SUGGERIMENTI

### **Assunzione di liquidi**

Di norma l'organismo ha bisogno di assumere 1,5-2 litri di liquidi al giorno. Questi liquidi fluiscono nella vescica e riducono il rischio di infezione delle vie urinarie.

### **Buona igiene**

Si consiglia un'igiene quotidiana della zona genitale. È consigliabile utilizzare un disinfettante per le mani prima di effettuare l'autocatereterismo nei bagni pubblici.

### **Frequenza del cateterismo**

Il professionista sanitario saprà consigliarti sulla frequenza del cateterismo. Di norma 4-6 volte al giorno. Varia da persona a persona in base alle specifiche patologie vescicali, a quanti liquidi vengono assunti, al volume di urina di ogni minzione e alla possibilità o meno di urinare senza un catetere. Di norma la vescica non deve contenere più di 400 ml di urina. Per evitare complicanze, seguire le raccomandazioni fornite durante la formazione.

### **Svuotare completamente la vescica**

Estrarre lentamente il catetere per uno svuotamento completo e non avere fretta. L'urina residua all'interno della vescica aumenta il rischio di infezione delle vie urinarie. Lo svuotamento della vescica

avviene in modo più efficace se si sta in posizione seduta o eretta.

### **Difficoltà nell'inserimento del catetere**

Se si è tesi, il muscolo dello sfintere attorno all'uretra potrebbe contrarsi, rendendo l'inserimento del catetere più difficoltoso. Non cercare di forzare il catetere. Trovare una buona posizione, tossire un po' e rilassarsi. Provare quindi a inserire nuovamente il catetere. All'inizio della terapia è possibile vedere un po' di sangue nell'urina o nel catetere. Questo è di solito dovuto all'irritazione dell'uretra. Di solito si risolve presto ma, in caso di dubbi, contattare il professionista sanitario di riferimento.

### **In viaggio**

Portare con sé i cateteri e gli accessori durante un viaggio. Poiché c'è sempre il rischio che la valigia vada persa, portare sempre nel bagaglio a mano dei cateteri di scorta. Per evitare problemi ai controlli, è possibile richiedere un certificato medico firmato dal professionista sanitario di riferimento o contattare noi di Wellspect HealthCare.

**Maggiori informazioni sui viaggi con i cateteri su [wellspect.it](https://wellspect.it)**

# CHECKLIST PRIMA DI INIZIARE IL CI

Per assicurarsi di essere in possesso di tutte le informazioni necessarie per iniziare e continuare l'autocatereterismo, usare questa checklist. Compilarla con un infermiere.

## Informazioni sul CI

Professionista sanitario: .....

Centro Clinico: ..... Telefono: .....

Scelta del catetere, LoFric ..... CH: ..... Lunghezza: .....cm

Numero di cateterismi al giorno: .....

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Che cosa causa i problemi di svuotamento della vescica? | <input type="checkbox"/> Adattare gli intervalli di svuotamento in base alla persona          |
| <input type="checkbox"/> Anatomia delle vie urinarie                             | <input type="checkbox"/> Informazioni sulle complicanze, come le infezioni delle vie urinarie |
| <input type="checkbox"/> Normale funzionamento delle vie urinarie                | <input type="checkbox"/> Dimostrazione dei cateteri e degli altri accessori                   |
| <input type="checkbox"/> Benefici del CI   | <input type="checkbox"/> Consigli pratici   |
| <input type="checkbox"/> Formazione sulla terapia del CI                         |   |
| <input type="checkbox"/> Effettuare un CI sotto supervisione                     |   |

## Follow up del CI

Professionista sanitario: .....

Centro clinico: ..... Telefono: .....

Scelta del catetere, LoFric ..... CH: ..... Lunghezza: .....cm

Numero di cateterismi al giorno: .....

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Per adeguare gli intervalli di svuotamento, vedere il diario minzionale        | <input type="checkbox"/> Informazioni sulla gamma dei prodotti e sul sito web |
| <input type="checkbox"/> Ripetizione della tecnica CI   | <input type="checkbox"/> Eventuali complicanze                                |
| <input type="checkbox"/> Follow up sugli effetti della terapia CI sulla vita quotidiana/qualità di vita | <input type="checkbox"/> Consigli pratici                                     |
| - è il catetere giusto?   |   |
| - è il giusto intervallo di svuotamento?  |   |





## TESTIMONIANZE DI VITA

**JANE MCGOWAN:** utilizzatrice di LoFric Cateteri.

**Se incontriamo Jane, non ci accorgeremo che è affetta da sclerosi multipla se non perché ogni tanto inciampa su terreni disconnessi, ma i sintomi che le creano maggior disagio non sono visibili dall'esterno.**

"Ho sempre sognato di fare un safari in Africa per ammirare gli animali selvatici, ma non ho mai avuto un buon controllo della mia vescica e non mi sono mai sentita abbastanza sicura per fare questo viaggio."

Jane è affetta da sclerosi multipla da 20 anni e soffre di problemi di vescica associati alla sua patologia da almeno 10 anni.

"I miei problemi vescicali hanno avuto inizio con un aumento del bisogno di andare alla toilette. Non in continuazione, ma a volte. Improvvisamente questa necessità è diventata urgente ed era essenziale

per me sapere dove fossero le toilette più vicine. Ogni giorno pianificavo la mia vita in base alla necessità di andare in bagno."

Jane ha provato diversi approcci per gestire la sua vescica prima di trovare quello giusto per lei. Una volta all'anno riceve un'iniezione di Botox nella vescica per rilassarla. A causa del Botox non prova più il normale bisogno di urinare ma ha la consapevolezza che la vescica è piena. Quando è il momento di urinare, usa dei cateteri urinari monouso per svuotare la vescica.

"Sono davvero discreti, li porto in borsa. Quando vado in bagno, ci rimango forse un po' più del normale, ma quando esco nessuno nota la differenza. È fantastico. Sapere di riuscire a controllare di nuovo la mia vescica è un bel cambiamento di vita."



## INTERAZIONI TRA VESCICA E INTESTINO

Le disfunzioni della vescica e dell'intestino spesso si presentano insieme. In molti casi questi sintomi coesistono e interagiscono. In caso di patologia neurogenica, questi sintomi possono avere un forte impatto sulla qualità di vita. Se i sintomi vescicali peggiorano, spesso accade anche per i sintomi intestinali. Tuttavia questi raramente vengono affrontati insieme, anche se potrebbe essere utile, ai fini del risultato.

### **Approccio terapeutico combinato**

Le terapie che curano una di queste patologie spesso alleviano anche l'altra. Un approccio terapeutico combinato aumenta l'efficacia di ciascuna terapia e acquisire nuovamente il controllo della vescica e dell'intestino migliorerà significativamente la qualità di vita. Consultare il professionista sanitario di riferimento per ulteriori informazioni.

# VUOI SAPERNE DI PIÙ SU COME INIZIARE NEL MODO GIUSTO?

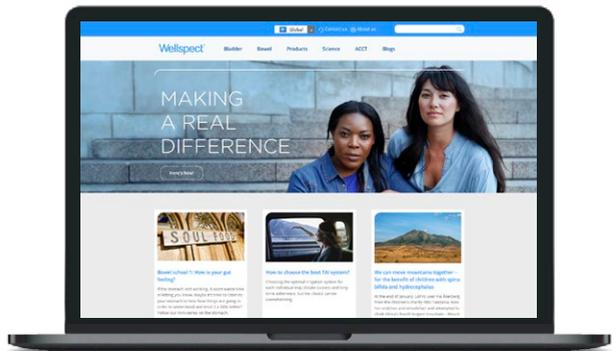
- Maggiori informazioni sul proprio organismo e sulle diverse diagnosi
- Scopri i benefici del cateterismo intermittente (CI) con LoFric
- Informati su come l'irrigazione transanale (TAI) con Navina Systems può aiutarti a riprendere il controllo del tuo intestino
- Guarda i video con le istruzioni
- Leggi le testimonianze degli utilizzatori

**Tutto questo e molto altro su: [wellspect.it](http://wellspect.it)**

## Contattaci

In caso di domande o richiesta di ulteriori informazioni su LoFric e Navina Systems e sui nostri servizi di assistenza per gli utilizzatori, non esitare a contattarci direttamente.

**Puoi trovare i contatti su: [wellspect.it](http://wellspect.it)**



## Riferimenti

1. Lamin e Newman. Int Urol Nephrol. 2016;48:931-9.
2. Vahr et al. EAUN guideline urethral intermittent catheterization. EAUN 2013.
3. Chartier-Castler E, Denys P. Neurology and Urodynamics 2011;30:21-31.
4. Li L et al. Arch Phys Med Rehab 2013;94:782-7.
5. Håkansson et al. Urol Nurs. 2015;35:235-47).
6. DeFoor et al. 2017. J Pediatr Urol. 2017;13(4):373.e1-373.e5.

In Wellspect crediamo nel valore delle persone che hanno contribuito al nostro successo quali fornitori leader di soluzioni terapeutiche innovative dedicate alla gestione della vescica e dell'intestino, come i famosi marchi LoFric® e Navina™. Grazie all'esperienza di migliaia di utilizzatori e professionisti sanitari in tutto il mondo che ispirano le nostre innovazioni, sappiamo che lavorare insieme è la strada migliore per fare progressi nella cura della continenza, offrendo ai nostri utilizzatori più tempo per la vita. Basandoci sull'esperienza e l'affidabilità maturata in oltre 30 anni di innovazioni che migliorano la qualità della vita, ci battiamo con passione ogni giorno per fare una reale differenza per tutte le persone che hanno bisogno dei nostri prodotti e servizi.

**Wellspect. A Real Difference.**

[wellspect.it](https://www.wellspect.it)



Fabbricante



Rx Only