



Undvik urinvägsinfektion

Urinvägsinfektioner är vanligt om du har svårt att tömma blåsan. Tillstånd som kan leda till blåstömningssvårigheter är exempelvis långvarigt sängliggande, förstoppning, framfall, förstörd prostata eller annan sjukdom. Vissa läkemedel kan också påverka urinblåsans tömningsreflexer. Även urinkateter i sig kan leda till urinvägsinfektion.

Vad ska vårdpersonalen göra för att skydda dig från urinvägsinfektion?

Vårdpersonalen tvättar och spritar händerna enligt rutin, bär skyddshandskar och skyddskläder. Instrument och katetrar som används är sterila och all information om din kateter dokumenteras nogga.

Katetern ska sitta så kort tid som möjligt och vårdpersonalen ska utvärdera varje dag om den kan tas bort eller inte.



Vad kan du själv göra för att slippa urinvägsinfektion?

Håll kropp och händer rena

- ▶ Tvätta underlivet varje dag, med tvättkräm eller mild tvål.
- ▶ Är du man? Tvätta noggrant under förhuden. Efter tvätt ska du alltid föra fram förhuden igen, för att slippa smärtsam svullnad.
- ▶ Är du kvinna, tvätta framifrån och bakåt.

Ta hand om din kateter (KAD) och urinpåse

Risken ökar för dig som har kateter, eftersom bakterier lätt samlas om den inte hålls ren.

- ▶ Tvätta alltid händerna innan och efter att du hanterar din kateter, ventil eller urinpåse.
- ▶ Tvätta den del av katetern som syns nära din urinrörsmynning varje dag. Det går bra att duscha med katetern.
- ▶ Fixera katetern på huden med särskilda plåster så undviker du obehagligt drag och minskar risken för tryck i urinröret.
- ▶ Fixera urinpåsen på ditt ben med särskilda band, en nätstrumpa eller särskild bomullsstrumpa, så att du kan röra dig obehindrat.
- ▶ Använd tömbar påse och byt en gång i veckan eller vid behov.



Vill du veta mer om hur du kan göra för att skydda dig mot urinvägsinfektion, kontakta personalen.

Du kan också läsa mer på 1177.se
– skanna QR-koderna nedan.



1177.se, sök på Urinvägsinfektion hos kvinnor.



1177.se, sök på Urinvägsinfektion hos män.



1177.se, sök på Kateter i urinblåsan.