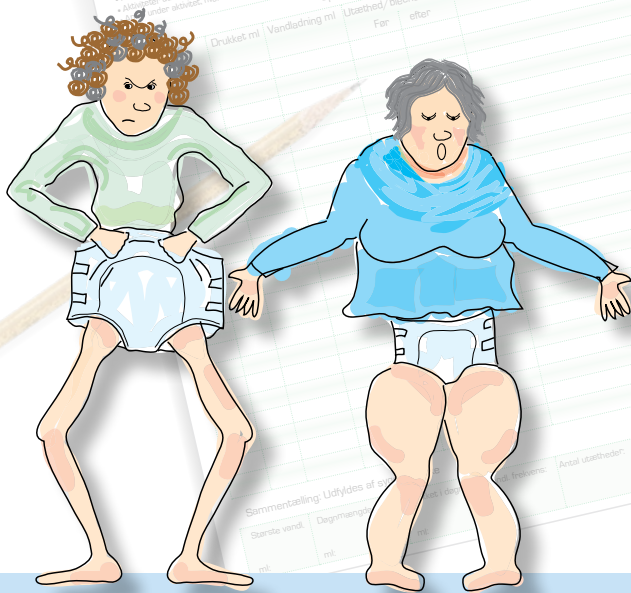




# Vejledning i inkontinenspleje



Et hurtigt og overskueligt hjælpemiddel  
til den travle hverdag

1.

Vådindikatoren er helt udnyttet og der er vådt i tøj eller seng

**Side 3**

2.

Vådindikatoren er ikke udnyttet og der er aldrig vådt i tøj eller seng

**Side 4**

3.

Vådindikatoren er ikke udnyttet og der er vådt i tøj eller seng

**Side 5**

4.

Vådindikatoren er ikke udnyttet men der er afføring i bleen

**Side 8**



Hvad er normalt?

**Side 11**



Hvordan bruges vådindikatoren?

**Side 13**



Hvordan forebygges blærebetændelse?

**Side 14**



Tips og tricks til valg af bleer

**Side 15**

1.

Hvis vådindikatoren er helt udnyttet og der er vådt i tøj eller seng:

► **Årsag:**

- Der er kommet mere urin end bleen kan suge.

► **Observation:**

- Har borgeren været på toilettet?
- Hvor længe er det siden borgeren sidst var på toilettet?

► **Handling:**

- Hvis borgeren ikke har været på toilettet, så indføres toilettider hver 3. - 4. time.
- Hvis du vurderer, at borgeren ikke kan tilbydes toiletbesøg, så tænk over hvad der forhindrer borgeren i at kunne gennemføre toiletbesøg, og hvad der skal til for at det kan lade sig gøre.
- Har borgeren været på toilettet for mere end 3 timer siden, så fastholdes den nuværende blestørrelse og der planlægges ekstra toiletbesøg.
- Hvis borgeren har været på toilettet for mindre end 3 timer siden, så vælg et produkt med en lidt større sugsevne, fra produktguiden.

2

Hvis vådindikatoren **ikke** er udnyttet og der **aldrig** er vådt i tøj eller seng:

### Årsag:

- Bleens sugeevne er alt for stor i forhold til behovet.

### Observation:

- Tjek vådindikatoren gennem nogle dage, så du er sikker på at observationen er varig, før du handler.

### Handling:

- Vælg en ble med mindre sugeevne.  
(se ABENAs produktguide)



3.

Hvis vådindikatoren **ikke** er udnyttet og der er **vådt** i tøj eller seng:

➔ **Årsag:**

- Bleen kan sagtens suge mere urin end der er kommet, men af en eller anden grund løber urinen ved siden af bleen.

**!** *Det kan være fordi:*

- Bleen sidder forkert.
- Der ikke bliver brugt fikseringsbukser til de relevante produkter.  
(Fra ABENA San nr. 4 + ABENA Man)
- Bleen er valgt alt for tyk og sidder presset sammen mellem benene, hvorfor urinen ikke kan komme ned i produktet og blive opsuget, men i stedet løber over kanten og ved siden af.
- Der er valgt en lukket ble, som ikke passer til borgerens kropsfacon og bygning, hvilket betyder at produktet ikke kan sidde tæt til kroppen og urinen får derfor mulighed for at løbe ud af små sprækker og folder.



## Observation:

- Sidder bleen tæt til kroppen og i korrekt skålform mellem benene.
- Er bleen fikseret korrekt med tape, bælte eller fikseringstrusser i rigtig størrelse.
- Sidder bleen klemt sammen eller krøllet mellem benene, så urinen ikke frit kan løbe ned og blive opsuget i bleen.
- Passer den lukkede ble til kropsfaconen og bygning.
- Er der små sprækker eller folder ved benudskæringen, hvor urinen kan slippe ud.
- Har den lukkede ble den rigtige størrelse og sugsevne.





## Handling:

- Bleen skal **ikke** ændres til et produkt med større sugesevne, da vådindikatoren jo ikke er udnyttet.
- Sørg for korrekt påsætning.  
(se ABENAs brugervejledning)
- Vælg fikseringstrusser i korrekt størrelse.  
Mål hoftevidden og find den rigtige størrelse i ABENAs produktguide.
- Vælg en ble med lavere sugesevne, så den er tyndere mellem benene og derfor ikke presses sammen eller krøller. Urinen vil nu kunne løbe frit ned i bleen og blive opsuget.  
(se ABENAs produktguide)
- Vurder om en lukket ble er nødvendig – ligger borgeren uroligt eller vil borgeren tage bleen af, hvis der bruges et åbent system?
- Vurder om plejesituationen kræver et lukket system for at hjælperen kan sætte bleen korrekt.
- Vælg om muligt en åben ble med fikseringstrusse og lavest mulig sugesevne.
- Vurder om et specialprodukt kan løse problemet fx afføringsble eller herreble.  
(se ABENAs brugervejledning)
- Hvis du vurderer at det er nødvendigt at benytte et lukket system, så skal du måle hoftevidden og sikre dig at størrelse og sugesevne er korrekt.  
(se ABENAs brugervejledning)

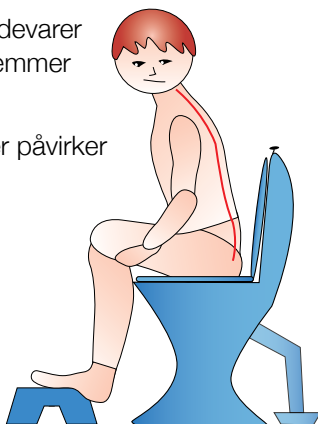
## 4.

# Hvis vådindikatoren ikke er udnyttet og der er afføring i bleen:

Hvis hovedproblemet er afføring i bleen og urininkontinensproblematikken er minimal, enten fordi hovedparten af vandet lades i toilettet eller fordi borgeren har kateter. **Vådindikatoren vil ikke være udnyttet!**

### Årsag:

- Siddestilling under afføringsprocessen er ikke korrekt og derved kan tarmen ikke tømmes optimalt.
- Forstoppelse.  
*Obs – kan også optræde som diarre.*
- Afføringsmidlerne anvendes ikke korrekt.
- Diarre pga. tarminfektion.
- Inaktivitet.
- Dehydrering.
- Indtager en overvægt af fødevarer der enten fremmer eller hæmmer afføringsprocessen.
- Indtagelse af drikkevarer der påvirker fordøjelsen fx alkohol.
- Fordøjelsesbivirkninger fra medicinsk behandling.







### **Observation:**

- Tilbydes der toiletbesøg.
- Sidder borgeren korrekt på toilettet.
- Er afføringen hård og afviger fra vanligt mønster.
- Får borgeren afføringsmiddel.  
Hvis ja – hvilket, hvornår og hvor meget.
- Er der infektion.
- Funktions- og aktivitetsniveau.
- Indtager borgeren ca. 1500 ml væske.
- Kan medicinske bivirkninger forekomme.
- Vurder føde- og væskeindtagelsens påvirkning på fordøjelsen.



## Handling:

- Tilbyd toiletbesøg og sørg for at den korrekte siddestilling indtages.
- Doser afføringsmiddel, så man tilstræber 1 daglig afføring, som ligger i dagtimerne.
- Tarminfektioner behandles i samarbejde med lægen.
- Aktiver borgeren så meget som muligt.
- Tilbyd føde- og væskeindtagelse der balancerer optimalt i forhold til fordøjelsen.
- Gennemgå borgerens medicin og tal med lægen om evt. ændringer, der kan skåne fordøjelsessystemet.
- Afføring trænger ikke ned i bleen, vælg derfor bleer med lav sugsevne.
- Vurder hvor lang bleen behøver at være og vælg den tyndeste inden for den ønskede længde.
- Brug altid fikseringstrusser til åbne bleer fra nr. 4.
- Lukkede bleer holder ikke nødvendigvis bedre på afføringen.
- Ved store mængder tynd afføring, anbefales afføringsbleen (ABENA San Special) + fikserings-trusser.

## Hvad er normalt?

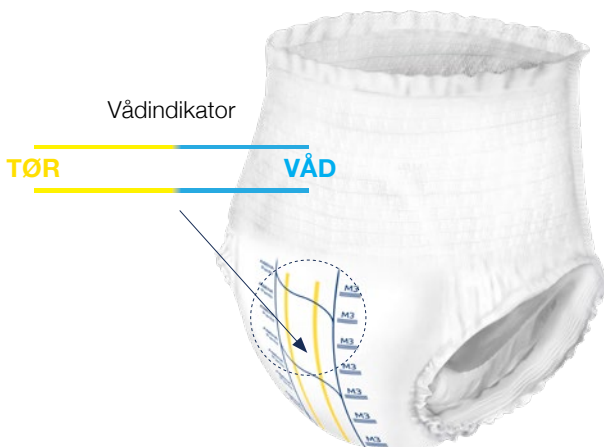
- Ældres blære kan normalt indeholde ca. 200 - 400 ml.
- Det er optimalt for raske ældre at drikke ca. 1500 ml pr. døgn.
- Ældre udskiller, som tommelfingerregel, samme mængde urin pr. døgn, som de drikker. For de fleste vil det ligge omkring 1500 ml.
- Raske ældre kan generelt/varigt ikke udskille mere end de indtager.
- Det er normalt at gå på toilettet mellem 4 - 8 gange i døgnet.
- Det er optimalt at gå på toilettet hver 3. - 4. time i de vågne timer.
- Det er vigtigt at komme på toilettet eller bækkenstol, selv om man ikke har kontrol over sin vandladning.
- Det er kun muligt at tømme blæren helt hvis man sidder korrekt under vandladningen.
- Tømmes blæren ikke helt opstår hyppige vandladninger og gentagende blærebetændelser.
- Hvis man ikke kan mærke vandladningstrang er faste toilettider hver 3. - 4. time en løsning. Vær tålmodig – de faste toilettider skal gennemføres systematisk i 3 - 4 uger før resultatet kan evalueres.

- Om natten prioriteres nattesøvn, så her tilbydes toiletbesøg inden sengetid, og derefter følges individuelt behov, og der må godt gå op til 8 timer uden toiletbesøg.
- Ældre mennesker sover meget let, så forstyr dem så lidt som muligt.
- Tjekkerunder om natten, udelukkende for at sikre at bleen er tør, vækker borgerne og medfører større urinproduktion, og dermed større risiko for inkontinensproblemer.
- Bleen har korrekt sugesevne, hvis vådindikatoren er udnyttet så den stadig er gul i det øverste og nederste felt og alle andre felter er grøn/blå. Samtidig vil der aldrig være vådt i tøj eller seng når borgeren er på toilettet og bleen skiftes.

## Hvordan bruges vådindikatoren?

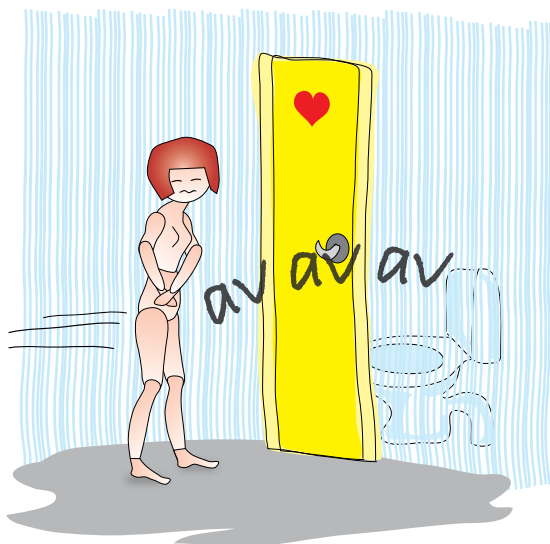
Vådindikatoren er de 2 gule streger bag på bleerne. De skifter farve til blå/grøn i takt med at bleen suger. Gradueringskalaen er de felter, der omkranser og inddeler vådindikatoren.

Vådindikatoren er opdelt i 7-12 felter alt efter hvor stor bleen er. Gradueringskalaen gør det nemt at aflæse vådindikatoren. Hvis vådindikatoren fx er inddelt i 7 felter og de 4 er blevet blå/grønne, så aflæses det som 4/7 og indikerer at lidt over halvdelen af produktets sugsevne er udnyttet. Brug altid vådindikatoren som fagligt problemløsningsværktøj, når I skal finde den optimale produktløsning.



## Hvordan forebygges blærebetændelse?

- Toiletbesøg, med korrekt siddestilling, hver 3. - 4. time.
- At tørre sig forfra og bagud efter udskillelse.
- Hvis mænd får blærebetændelse kan det være tegn på prostataproblemer, hvilket må undersøges af en læge.
- At skifte bleen ved hvert toiletbesøg, også selv om den er tør. Dette for at undgå at bakterier fra fx flatus (luft) formerer sig i bleens sugemateriale og inficerer urinvejene.
- At sætte bleen på forfra og fjerne den bagfra.
- Undgå at røre bleen indvendigt.



## Tips og tricks til valg af bleer:

- Vælg bleen så lille som muligt, men så stor som nødvendigt.
- Bleen skal ikke være større end at den kan suge den urin der kommer mellem 2 toiletbesøg.
- Små produkter er lettere at sætte korrekt og mere komfortable for den inkontinente.
- Afføringsinkontinens kræver ikke høj sugeevne, men en længde der gør det muligt for bleen at opsamle afføringen. Ved lind eller tynd afføring anbefales ABENA San Special (afføringsble med posebarriere).
- Brug altid fikseringstrusser fra ABENA San (åben ble) nr. 4 -11, ABENA San Special (åben ble til afføringsinkontinens), samt alle af typen ABENA Man (åbne bleer til mandens anatomi/fysiologi).
- ABENA San (åben ble), ABENA Man (åben ble), ABENA Slip (tapeble) og ABENA Wing (bælteble) kan fås i maks. sugeevne.
- De forskellige bletyper fikseres forskelligt og vælges ud fra den inkontinentes helheds-situation. Erfaringer viser, at de fleste behov kan afhjælpes optimalt med ABENA San (åbne bleer) og fikseringstrusser. Denne kombination sikrer, at produktet kan sidde tæt til kroppen uanset kroppsfacon og bygning.

- Natbleer er ikke lig med lukkede bleer (tapeble eller bælteble). Produktet til natten vælges fra hele sortimentet, med udgangspunkt i den inkontinentes behov og helhedssituation.
- Der er ingen produkter der i sig selv kræver 2 hjælpere, for at opnå korrekt påsætning. Det er borgerens funktionsniveau og plejesituationen, der er afgørende for hvor mange hjælpere der er behov for.
- Der er ingen bletype, der i sig selv giver mulighed for en bedre ergonomi for hjælperen. Den gode ergonomi er afhængig af borgerens funktionsniveau samt hjælperens evne til at planlægge plejen optimalt og at anvende korrekt forflytningsteknik.
- ABENA Pants (bukseble) er en pædagogisk ble, som ikke har maksimal sugeevne. Den vælges hvis, trussefunktionen kan gøre den inkontinente selvhjulpen eller hvis den kan få fx demente til at beholde produktet på. Buksebleen er hovedsageligt til brug i de vågne timer. Bør kun bruges om natten, hvis den inkontinente selv står op og går på toilettet i løbet af natten.
- I få tilfælde kan det forekomme at den inkontinente får blærebetændelse, ved brug af bukseble, hvilket er tegn på at borgeren ikke kan tåle, at produktet trækkes på igen efter toiletbesøg, og der må findes en anden produktløsning.



Notater:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Notater:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Bestil online på  
[www.bevilling.dk](http://www.bevilling.dk)



Ring til os på 74 31 17 30

Telefonen er åben:

mandag-torsdag kl. 8.00 - 16.00

fredag kl. 8.00 - 15.30

Oplys venligst kundenr. eller cpr-nr.



Send en mail til  
[bevilling@abena.dk](mailto:bevilling@abena.dk)  
Vi besvarer mails løbende.

Oplys venligst kundenr.



ABENA A/S, Egelund 35  
6200 Aabenraa