



VaPro

Touch Free Hydrophilic Intermittent Catheter

Leben mit einer Rücken- mark- verletzung

Ein Leitfaden für
Frischbetroffene.



Bei Hollister Kontinenzversorgung stehen der Mensch und sein Leben im Mittelpunkt.
Alles, was wir machen, folgt einem Prinzip: **People First.**

 **Hollister.**

Kontinenzversorgung



People First:
Heinrich Köberle,
Deutschland

Liebe Leserin, lieber Leser,

mein Name ist Heinrich Köberle. Durch einen Autounfall vor mehr als 40 Jahren zog ich mir eine komplette Querschnittlähmung im Bereich C5/C6 (Tetraplegie) zu. Eine sicher nicht einfache Situation. Doch als positiv eingestellter Mensch habe ich gelernt, trotz und mit dieser Herausforderung ein erfülltes Leben zu führen. Vielleicht sind Sie oder ein Mensch, der Ihnen nahesteht, heute in einer ähnlichen Situation wie ich damals. Mein Anliegen ist es, Sie zu unterstützen und meine Erfahrungen, die ich gemacht habe, mit Ihnen zu teilen.

Sehr wichtig, um mit der veränderten Situation klarzukommen, sind meiner Meinung nach Eigenschaften wie nach vorne zu sehen sowie die Bereitschaft, sich neu zu orientieren und kennenzulernen. Die Erfahrung hat mich gelehrt, dass ich auch bestimmte Risiken eingehen muss, um mich weiterentwickeln zu können. Ich habe nichts unversucht gelassen und stellte dabei fest, dass ich das scheinbar Unmögliche schaffen konnte, wenn ich nur genug Ausdauer und Geduld mitbrachte. Ich habe gelernt: Jeder Mensch besitzt sehr viel Potenzial, das normalerweise nicht voll ausgeschöpft wird. Es kann aber, und davon bin ich überzeugt, freigesetzt und genutzt werden.

Da ich ein Mensch bin, der die Bewegung liebt, war mein Weg schon fast vorbestimmt: Ich nahm die Herausforderung des Marathons an. Das Rollstuhlschnellfahren über die 42,195 km wurde meine Leidenschaft. Meine sportliche Laufbahn führte mich schließlich hin zu mehreren paralympischen Medaillen im Marathon-Fahren (4 x Gold und 1 x Silber). Der sehr positive Nebeneffekt des Sports war das Training der verbliebenen Restfunktionen, welche mir den Alltag ganz wesentlich erleichtern.

Heute führe ich ein abwechslungsreiches und zufriedenes Leben: Der sportliche Erfolg verhalf mir zu sozialer Anerkennung und einem gesteigerten Selbstwertgefühl. Integration ist ein Wort, welches auf mich nur bedingt zutrifft, denn ich war nie außerhalb der Gesellschaft und hatte daher auch nie das Gefühl, mich wieder eingliedern zu müssen. Meine Offenheit über die Behinderung, meine lebensbejahende Ausstrahlung und meine positive Art, auf Menschen zuzugehen, ließen Berührungssängste meist gar nicht erst entstehen.

>>>

„Da ich ein Mensch bin, der die Bewegung liebt, war mein Weg schon fast vorbestimmt: Ich nahm die Herausforderung des Marathons an.“ Heinrich Köberle.

Natürlich habe ich auch viele Rückschläge erlebt. Meine positive Lebenseinstellung und ein offener, reger Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen waren mir dabei sehr hilfreich. Für fast alles gibt es eine Lösung und häufig sind vor allem Offenheit, Ausdauer und manchmal auch Einfallsreichtum gefragt, um schwierige Herausforderungen zu meistern.

Ganz sicher spielt Glück, vor allem das Glück, Chancen zu bekommen, eine ganz große Rolle im Leben. Chancen als solche zu erkennen, sie anzunehmen und sie für sich zu nutzen, ist nicht nur für Menschen mit einer Querschnittlähmung wichtig. Dass es Ihnen gelingt, wünsche ich von ganzem Herzen!

Heinrich Köberle

People First:
Heinrich Köberle,
Deutschland

People First. Dieser Leitfaden wurde möglich, weil sich die unten stehenden Personen die Zeit genommen haben, ihre Geschichte zu erzählen, einen Einblick in ihr Leben zu gewähren und Vorschläge zu machen, wie man sich an ein Leben mit einer Rückenmarkverletzung gewöhnen kann. **Wir sind für ihre Beiträge, Ehrlichkeit und ihr Wissen sehr dankbar.**



Christina aus Deutschland

wurde im Alter von 25 Jahren verletzt.



Joan, Arzthelferin,

arbeitet mit Betroffenen mit Rückenmarkverletzungen.



Kenny aus Großbritannien

ist Paraplegiker. Seine Verletzung erfolgte durch einen Motorradunfall.



Letitia aus den USA

wurde bei einem Autounfall verletzt.

Lynne aus Großbritannien

hatte einen Reitunfall.

Manuel aus Frankreich

hat Paraplegie.



Matthias aus Deutschland

ist seit seinem 19. Lebensjahr verletzt.



Thomas aus Deutschland

wurde mit 23 bei einem Unfall verletzt.



People First:
Hans Peter Thomas,
Deutschland

Leben mit einer Rückenmarkverletzung

Ein Leitfaden für Frischbetroffene

	Seite
Vorwort	3–5
Das Nervensystem und seine Funktion	8–11
Die Rehabilitation	12–23
<i>Im Krankenhaus</i>	12
<i>Körperliches Training</i>	13
<i>Der Umgang mit Spastik</i>	14
<i>Schmerzen</i>	14
<i>Druckgeschwüre</i>	15–17
<i>Vorbeugung von Verbrennungen</i>	17
<i>Darmmanagement</i>	18
<i>Blasenmanagement</i>	19
<i>Harnwegsinfektionen</i>	19–20
<i>Katheter</i>	21
<i>Intermittierende Katheterisierung</i>	21–22
<i>Weitere Katheterarten</i>	22–23
<i>Kondom-Urinale</i>	23
Die Rückkehr in den Alltag	24–29
<i>Allgemeiner Gesundheitsstatus</i>	24–25
<i>Gefühlswelten</i>	26
<i>Sexualität und Intimität</i>	27
<i>Reisen</i>	28
<i>Auto fahren</i>	29
Abschließende Ratschläge	30–31
<i>Forschung auf dem Gebiet der Rückenmarkverletzung</i>	31
VaPro Einmalkatheter	32–34
Advance Einmalkatheter	35–37
InView Kondom-Urinale	38
Bein- und Nachtbeutel	39

Das Nervensystem und seine Funktion



People First:
Christina, Deutschland

„Die Dinge haben sich gar nicht so sehr verändert, seit ich mich auf meine Verletzung eingestellt habe. Ich benötige nun ein rollstuhlgerechtes Zuhause und musste mein Auto umbauen lassen. Aber abgesehen davon, dass ich nicht mehr Fußball spiele, mache ich die gleichen Dinge wie früher.“

Unter einer Rückenmarkverletzung versteht man die Schädigung des Rückenmarks durch einen Unfall oder eine angeborene bzw. später auftretende Erkrankung.

Um Ihre Situation zu verstehen, hilft es, wenn Sie wissen, wie ein gesundes Nervensystem funktioniert. Die wichtigsten Teile des Nervensystems sind das Gehirn, das Rückenmark und die Nerven. Diese Teile kommunizieren miteinander und arbeiten zusammen, damit Sie Ihren Körper bewegen, Druck fühlen und Körperfunktionen wie zum Beispiel die Atmung, den Darm, die Blase und den Blutdruck steuern können.

Die Zeichnungen auf den Seiten 10 und 11 zeigen die Wirbelsäule, die Knochenstruktur, die Ihre Wirbelsäule schützt, sowie die verschiedenen Abschnitte Ihrer Wirbelsäule.

Paraplegie: Schädigung im Brust-/Lendenwirbelbereich, die zu einer Lähmung der unteren Körperhälfte führt. Gewöhnlich bei Th2 oder darunter.

Tetraplegie: Schädigung im Halsmarkbereich, die zu einer Lähmung führt, welche sowohl die Arme als auch die Beine betrifft. Gewöhnlich bei Th1 oder darüber.

Das Rückenmark ist mit ca. 45 cm der längste Nervenhauptstrang im Körper und erstreckt sich von der Gehirnbasis über die Wirbelsäule im sogenannten Spinalkanal bis ungefähr zur Taille.

Nerven haben eine seilähnliche Struktur, bestehend aus Nervenfasern. Die Nervenfasern sind im ganzen Körper für die Übertragung von Impulsen zuständig, die das Gehirn über das Rückenmark sendet.

People First:
Matthias, Deutschland

„Ich habe gelernt, die Dinge selbst zu tun. Ich habe geübt und kann nun mein tägliches Leben ohne Hilfe meistern. Manchmal brauche ich natürlich Hilfe, zum Beispiel beim Fensterputzen oder um ein hohes Regal zu erreichen, aber ansonsten erledige ich alles selbst.“



Wenn das Rückenmark verletzt ist, kann das Nervensystem nicht mehr richtig kommunizieren. Die Nerven oberhalb der verletzten Stelle arbeiten ordnungsgemäß, aber die Nerven an der verletzten Stelle und darunter können die Impulse nicht mehr richtig empfangen oder versenden. Manchmal werden sämtliche Impulse eingestellt. Dies führt dazu, dass unterhalb der verletzten Stelle keinerlei Bewegung oder Gefühl mehr existieren.

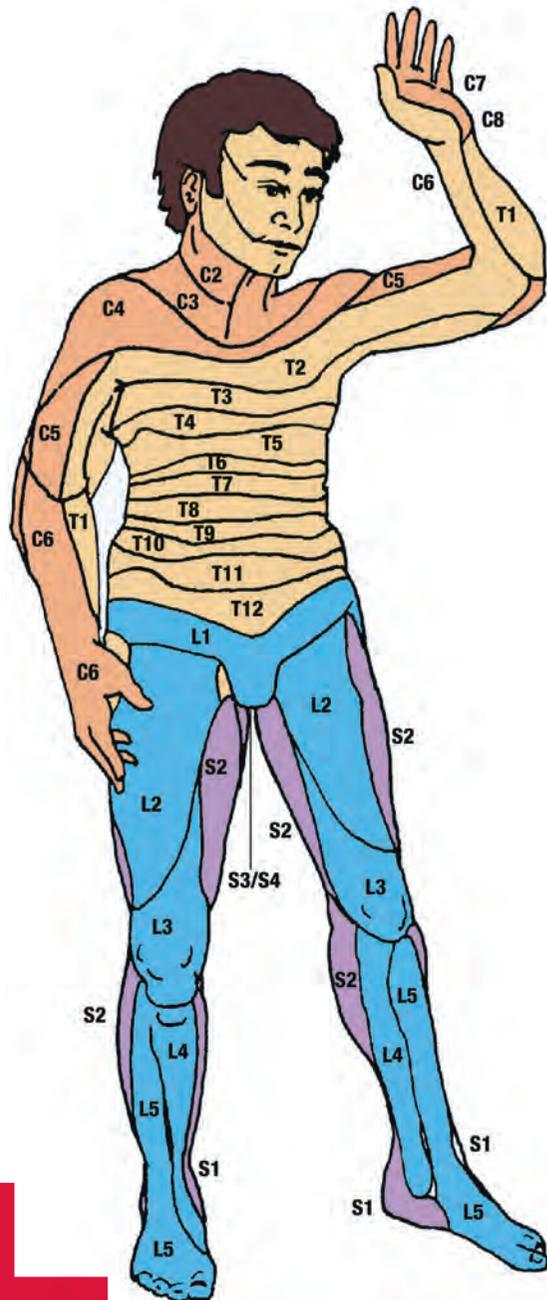
Eine vollständige Durchtrennung des Rückenmarks bedeutet, dass (siehe Seite 10 und 11) gar keine Sensorik oder Motorik mehr vorhanden sind.

Ist die Verletzung „unvollständig“, gibt es (siehe Seite 10 und 11) noch etwas Sensorik und/oder Motorik. Man spricht dann von einer kompletten bzw. inkompletten Querschnittlähmung. Um herauszufinden, ob Ihre Verletzung vollständig oder unvollständig ist, wird Ihr Arzt Untersuchungen durchführen. Sie werden mehrmals sowohl in einem stationären als auch in einem ambulanten Umfeld untersucht, da sich das Ausmaß Ihrer Verletzung mit der Zeit ändern kann.

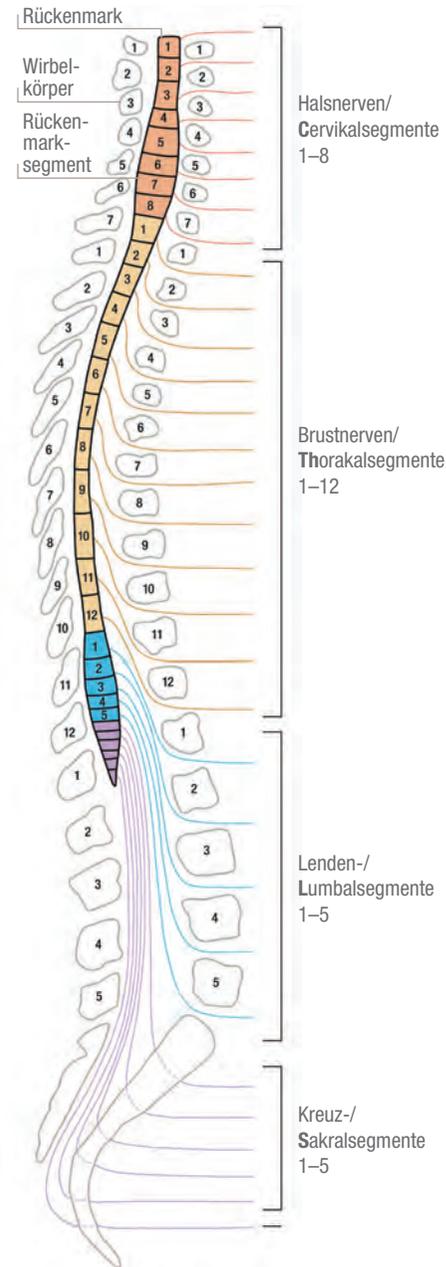
Die neurologische Ebene einer Schädigung bezieht sich auf das unterste Segment des Rückenmarks, welches nach der Verletzung immer noch eine normale Sensorik und Motorik aufweist. Das neurologische Segment ist nicht identisch mit den Wirbelkörpern!

Auf Seite 11 sind die Auswirkungen von Schädigungen in Abhängigkeit vom betroffenen Rückenmarksegment aufgeführt.

Das Nervensystem und seine Funktion



Die Rückenmarkabschnitte und ihre entsprechenden Funktionen (basierend auf Hanak, M. [1993]). Spinal Cord Injury: An Illustrated Guide for Health Care Professionals (2. Ausgabe, S. 91). Springer Publishing Company, Inc., New York 10036. Mit freundlicher Erlaubnis des Verlags.



Rückenmarksegment	Funktion
C1-3	Kopfkontrolle
C4	Atmung und Heben der Schultern
C5	Heben des Arms mit der Schulter, Ellenbogenbeugung
C6	Ellenbogenbeugung und Streckung des Handgelenks
C7	Streckung des Ellenbogens und der Finger
C8	Beugung der Finger
Th1	Bewegung der Finger (spreizen und wieder schließen)
Th2-12	Tiefes Atmen, Tiefenatmung
Th6-L1	Tiefes Ausatmen, Stabilität während des Sitzens
L1-2	Hüftgelenkbeugung
L2-3	Hüftbewegung zur Mitte des Körpers
L3-4	Streckung der Knie
L4-5	Streckung der Knöchel
L5	Streckung des großen Zehs
S1	Fuß- und Fußknöchelbewegung
S1-2	Zehenbewegung
S2-4	Blasen- und Darmfunktion

Die Rehabilitation

Im Krankenhaus

People First:
Lynne, Großbritannien

„Meine Therapeuten sahen sich mein Zuhause genau an, bevor ich aus der Reha entlassen wurde. Sie schlugen kleine Änderungen vor wie zum Beispiel eine Rampe anstelle der Eingangstreppe und einen Handlauf neben der Toilette und der Badewanne.“

In den ersten Tagen nach einer Rückenmarkverletzung kommen eine Reihe körperlicher Untersuchungen und Verfahren zur genauen Diagnostik auf Sie zu. Medikamente können verabreicht werden, um die Entzündung des Rückenmarks zu verringern und Blutgerinnsel zu vermeiden. Manchmal ist auch ein Aufenthalt auf einer Intensivstation notwendig. Mithilfe von Röntgenbildern und Szintigrammen können die Ärzte den Grad Ihrer Verletzung und eventuelle sonstige Körperschäden bestimmen. Wenn Ihre Wirbelsäule gebrochen oder der Spinalkanal eingeklemmt ist, werden Sie möglicherweise zur Stabilisierung Ihrer Wirbelsäule operiert oder man legt Ihnen ein Stützkorsett an.

Je höher und umfangreicher Ihre Verletzung ist, desto mehr Hilfsmittel werden Sie für Ihr tägliches Leben benötigen. Von Ihrem Verletzungsgrad hängt es auch ab, ob Sie einen Standard-Rollstuhl oder einen Elektro-Rollstuhl benötigen. Vielleicht brauchen Sie auch jemanden, der Ihnen bei den Dingen des täglichen Lebens hilft (Darm- und Blasenmanagement, Umlagern, Umsetzen, Anziehen und Waschen).

Sie sind nicht allein, wenn Sie lernen, sich auf Ihre Verletzung einstellen zu müssen. Ein Team, bestehend aus Ärzten, Schwestern, Pflegern und Therapeuten, hilft Ihnen bei den alltäglichen Dingen oder übernimmt Ihre Pflege während des Krankenhausaufenthalts und der Rehabilitation.

People First:
Thomas, Deutschland

„Für mich war es sehr wichtig, wieder mobil zu sein; alleine außer Haus gehen zu können. Ich kann überall dort sein, wo ich will.“



People First:
Kenny, Großbritannien

„Seit meiner Verletzung bin ich professioneller Sportler. Der Rennsport ist sehr aggressiv und verlangt von mir viel technisches Können. Für mich lohnt es sich, diese Sportart zu betreiben. Ich treffe tolle Menschen und reise um die ganze Welt.“

People First:
Matthias, Deutschland

„Ich mag körperliches Training und Sport (Basketball, Wasserski, Radfahren). Im Winter fahre ich Ski. Ich denke, der Austausch mit anderen Rückenmarkverletzten ist sehr wichtig, um so Erfahrungen, aber auch Tipps in sportlicher Beziehung zu erhalten.“

Körperliches Training

Bewegung ist extrem wichtig für Ihr Herz und Ihren Kreislauf. Sport erhält Ihre Kraft und erleichtert die Dinge des täglichen Lebens. Sportliche Betätigung führt aber auch zu erhöhter Flexibilität, einem verbesserten Muskeltonus, einer besseren Konstitution sowie zu mehr Energie und hilft bei der Stressbewältigung.

Ihr Bewegungsprogramm zielt zunächst darauf ab, Ihre körperliche Kraft zu stärken, sodass Sie eine Reihe von neuen Tätigkeiten wie beispielsweise Rollstuhlfahren, Umsetzen und Zubbettgehen selbst ausüben können. Zu Ihrer eigenen Sicherheit ist es notwendig, dass Sie die richtige Technik für diese Aktivitäten erlernen.

Das Trainingsprogramm dazu wird speziell an Ihre Bedürfnisse angepasst.

Viele Rückenmarkverletzte treiben Sport. Wenn Sie vor Ihrer Verletzung sportlich waren oder trainiert haben, werden Sie dies gewiss fortsetzen wollen. Von Hollister gibt es eine Broschüre, die verschiedene Sportarten für Menschen mit Handicap vorstellt.



Die Rehabilitation



Der Umgang mit Spastik

Spastik ist eine plötzliche, ungewollte Muskelkontraktion. Viele Menschen mit Rückenmarkverletzungen oder Krankheiten wie z. B. Multiple Sklerose haben Probleme mit unkontrollierten Krämpfen in Armen oder Beinen. Ein gewisses Maß an Krämpfen kann sogar gut sein, damit Ihr Muskeltonus gestärkt bleibt und die Blutzufuhr zu den Beinen erhöht wird. Zu viele Krämpfe können jedoch schmerzhaft sein. Sie erschweren Ihnen und den Menschen, die Sie pflegen, alltägliche Dinge.

Bei Spastiken empfehlen sich folgende Behandlungsmöglichkeiten:

- Medikamente
- Nervenblockaden
- Operationen sowie ärztliche Maßnahmen, z. B. Rückenmarkstimulatoren oder Infusionspumpen
- Physiotherapie

Sollten Sie unter Spastiken leiden, besprechen Sie bitte die Behandlungsmöglichkeiten mit Ihrem Arzt oder Ihrer betreuenden Fachkraft.

Schmerzen

Es ist normal, dass Sie nach Ihrer Verletzung unter Schmerzen leiden. Zwei häufige Schmerzarten sind neuropathische Schmerzen und Muskel-Skelett-Schmerzen.

Neuropathische Schmerzen werden oft als ein Brennen, Hautprickeln, elektrisierendes Gefühl oder ein Kältegefühl beschrieben und im Verletzungsbereich oder unterhalb davon empfunden. Muskel-Skelett-Schmerzen betreffen oft den Rücken, die Schultern und die Handgelenke und sind gewöhnlich das Ergebnis von körperlichem Stress, beispielsweise Belastung durch Heben, durch Bewegung oder Trainieren. Schmerzen sind oft normal, sie können aber auch eine Verletzung oder Infektion anzeigen. Wenn Sie Schmerzen haben, sollten Sie Ihren Arzt für eine Diagnose und Behandlung aufsuchen.

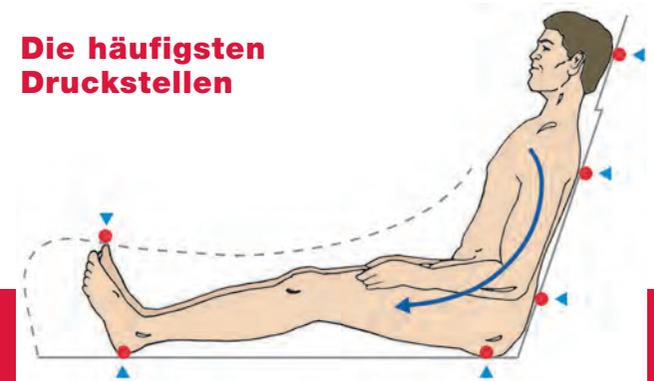
Druckgeschwüre

Nach einer Rückenmarkverletzung besteht die Gefahr, dass sich Druckgeschwüre entwickeln. Ein Druckgeschwür ist eine Hautschädigung, die aufgrund eines lang andauernden Drucks entsteht, wodurch das darunter liegende Gewebe geschädigt wird. Druckgeschwüre werden auch als Dekubitus oder Wundliegen bezeichnet.

Nach einer Rückenmarkverletzung nehmen Sie Ihr Gewicht anders wahr als zuvor, und aufgrund des geminderten Körpergefühls kann es sein, dass Sie kein Gefühl dafür haben, wann Sie Ihr Gewicht verlagern müssen. In der Folge können Ihre Haut und das darunter liegende Gewebe geschädigt werden. Bei der Mobilisation auf geradem oder schrägem Untergrund kann erhöhter Druck entstehen und Schwerkkräfte wirken. Wenn Ihre Haut über einen längeren Zeitraum Feuchtigkeit ausgesetzt wird, so kann auch dies das Risiko eines Druckgeschwürs erhöhen. Die ersten Anzeichen können eine Rötung, Verhärtung oder Verfärbung einer Hautstelle sein, auf die Ihr Körpergewicht drückt. Kontrollieren Sie Ihre Haut mindestens zweimal am Tag oder lassen Sie dies einen anderen für Sie tun.

Ihr Arzt oder Ihre betreuende Fachkraft wird Ihnen helfen, das richtige Rollstuhlkissen und andere Dekubitus-Hilfsmittel auszusuchen, um so das Risiko von Druckgeschwüren zu mindern.

Die häufigsten Druckstellen





Sie werden auch lernen, wie Sie sich entlasten können oder wie jemand anderes Ihnen dabei behilflich sein kann. Eine Druckentlastung nimmt den ganzen Druck für eine kurze Zeit und sollte mindestens alle 20 Minuten durchgeführt werden, wenn Sie in einem Rollstuhl sitzen. Es ist sehr wichtig, dass Sie Ihr Rollstuhlkissen in einem guten Zustand halten und bei Bedarf ersetzen.

Tipps zur Vermeidung von Druckgeschwüren

- Führen Sie im Rollstuhl alle 15 bis 20 Minuten Druckentlastungen durch.
- Untersuchen Sie zweimal täglich Ihre Haut mithilfe eines Spiegels.
- Lagern Sie sich im Bett alle 3–4 Stunden um.
- Lernen Sie Umsetzungstechniken.
- Vermeiden Sie es, sich zu stoßen oder Ihre Haut abzuschürfen.
- Halten Sie Ihre Haut sauber und trocken. Vermeiden Sie so weit wie möglich den Hautkontakt mit Urin und/oder Stuhl.
- Vermeiden Sie längeres Sitzen auf nasser Kleidung oder feuchten Flächen.
- Ernähren Sie sich nährstoffreich und trinken Sie ausreichend.
- Halten Sie Ihre Sitzkissen in gutem Zustand und überprüfen Sie diese regelmäßig.
- Halten Sie ein gesundes Gewicht; vermeiden Sie Übergewicht.

- Tragen Sie Schuhe, die eine Größe größer sind als die, die Sie vor der Verletzung getragen haben. Auf diese Weise vermeiden Sie Blasen und Druck auf Ihre Füße und Zehen.
- Massieren Sie keine geröteten Stellen. Verwenden Sie keine Wärmelampen und versuchen Sie nicht, das Druckgeschwür auszutrocknen. Entlasten Sie einfach nur die Druckstelle so gut wie möglich.

Wenn sich ein Druckgeschwür entwickelt oder Sie glauben, dass sich eines entwickeln wird, wenden Sie sich an Ihren Arzt und behandeln Sie die Stelle nicht selbst. Druckgeschwüre werden anders behandelt als andere Hautverletzungen oder Hautprobleme. Mittels einer Untersuchung wird festgestellt, inwieweit die Haut geschädigt und eventuell infiziert ist. Eventuell müssen Sie Ihre Aktivitäten einschränken und spezielle Wundverbände, die die betroffenen Stellen schützen, während der Heilung tragen. In schweren Fällen können eine Operation, ein Krankenhausaufenthalt, Medikamente oder Hauttransplantate notwendig sein.

Vorbeugung von Verbrennungen

Da es nun Bereiche in Ihrem Körper gibt, in denen Sie kein Gefühl mehr haben, müssen Sie unbedingt darauf achten, wie Ihr Körper gelagert ist und mit was er in Kontakt kommt. Viele Menschen mit Querschnittslähmung haben sich schwer an heißen Grills, Kaffeetassen, fallen gelassenen Zigaretten, in der Badewanne bzw. in der Dusche verbrannt, da sie die Temperatur auf ihrer Haut nicht mehr spüren. Selbst der Boden eines Autos oder der Beton um einen Swimmingpool herum können sehr heiß werden und schwere Verbrennungen an Ihren Füßen oder Beinen verursachen, wenn Sie nicht aufpassen. Kontrollieren Sie Ihre Haut regelmäßig und achten Sie auf heiße oder extrem kalte Flächen. Neben der Temperatur spielt natürlich auch die Dauer der Einwirkung eine entscheidende Rolle. Durch Temperaturextreme können tiefe Hautschäden und schwere Infektionen entstehen, deren Heilung Monate dauern kann.





Darmanagement

Nach einer Rückenmarkverletzung funktioniert Ihr Darm anders. Während der Rehabilitation erlernen Sie nützliche Techniken und Tipps zum Darmanagement. Darmanagement bedeutet richtige Ernährung, körperliche Übungen, Medikamente und regelmäßige Maßnahmen zur Darmentleerung. Ziel ist es, einen zuverlässigen Rhythmus für die Darmentleerung zu finden, um somit ein normales, soziales Leben führen zu können. Wenn Sie Probleme mit der Darmfunktion haben, sollten Sie mit Ihrem Arzt oder Ihrer betreuenden Fachkraft sprechen.

Tipps zum Darmanagement

- Beginnen Sie rechtzeitig mit dem Darmanagement. Hilfe erhalten Sie dabei von Ihrem Pflegepersonal.
- Ernähren Sie sich ausgewogen, essen Sie mehrere Portionen Obst und Gemüse und trinken Sie jeden Tag mindestens 2 Liter. Dies hilft, Verstopfung zu vermeiden.
- Nehmen Sie Ihre Medikamente wie verordnet ein.
- Entleeren Sie Ihren Darm vollständig, bevor Sie die Toilette verlassen.



Die Blasenentleerung erfordert eine ungestörte Kommunikation zwischen der Blase und dem Gehirn.

Blasenmanagement

Eine Rückenmarkverletzung verändert meist die Art und Weise, wie Ihre Blase arbeitet. Ihre Blase kann sich zu oft, nicht oft genug oder nicht koordiniert entleeren. Auch können Ihre Blasen-schließmuskeln nicht mehr ordnungsgemäß arbeiten. Inwieweit Ihre Blase und Ihr Blasen-schließmuskel noch funktionieren, hängt von der Höhe und dem Ausmaß Ihrer Verletzung ab.

Die häufigsten Behandlungsmethoden bei neurogenen Blasenstörungen sind der intermittierende (Selbst-)Katheterismus, der Einsatz von Kondom-Urinalen mit Beinbeuteln sowie eine Medikamenteneinnahme.

Harnwegsinfektionen

Möglicherweise treten bei einer neurogenen Blasenstörung gelegentlich oder häufig Harnwegsinfektionen auf. Harnwegsinfektionen werden durch eine erhöhte Anzahl an Bakterien (oder anderen Mikroorganismen) in der Blase, Harnröhre oder in den Nieren hervorgerufen. Suchen Sie beim ersten Anzeichen einer Harnwegsinfektion Ihren Arzt auf.

Bei einer Harnwegsinfektion können die nachfolgenden Symptome auftreten:

- Häufigeres Wasserlassen
- Unfreiwilliger Harnabgang zwischen normalen Entleerungen oder Katheterisierungen
- Verstärkte Spastiken
- Fieber
- Rückenschmerzen
- Milchiger, trüber oder dunkel gefärbter Urin
- Übel riechender Urin

Da aber nicht jeder diese Symptome entwickelt, suchen Sie bitte Ihren Arzt auf, wenn Sie sich nicht wohlfühlen oder den Verdacht auf eine Infektion haben.

Ihr Urin wird dann untersucht und wenn eine Infektion vorliegt, werden Medikamente verordnet.

Nehmen Sie das verschriebene Antibiotikum bis zur letzten Tablette ein und wenden Sie sich an Ihren Arzt, falls die Symptome wiederkommen.



Katheter

Ein Katheter ist ein schmales, hohles Röhrchen, das durch die Harnröhre in die Blase eingeführt wird, um Urin abzuleiten, wenn sich die Blase nicht mehr selbst entleeren kann.

Ein Katheter, der zur Blasenentleerung eingeführt und anschließend wieder entfernt wird, heißt intermittierender (Einmal-)Katheter. Wenn der Katheter Stunden, Tage oder länger in der Blase verbleiben soll, wird er Verweil- oder auch Dauerkatheter genannt.



Intermittierender Katheterismus

Der intermittierende Katheterismus kann das Risiko eines Nierenschadens sowie von Harnwegsinfektionen bei einer sich nicht ordnungsgemäß entleerenden Blase deutlich verringern. Außerdem ermöglicht er größtmögliche Unabhängigkeit. Wenn man sich für diese Methode der Blasenentleerung entscheidet, muss man diese 4–6-mal am Tag durchführen. Der intermittierende Katheterismus ist einfach zu erlernen. Das dafür erforderliche Zubehör kann diskret in einer Tasche mitgeführt werden, so dass Sie die Katheterisierung überall durchführen können.

Für den intermittierenden Katheterismus müssen Sie lernen, wo der Katheter eingeführt wird und wie man das Produkt verwendet. Sie können den Urin über den Katheter in die Toilette oder in einen angeschlossenen Auffangbeutel ableiten. Frauen können ihre Harnröhre aus anatomischen Gründen nicht immer sehen. Daher empfiehlt es sich, einen speziellen Spiegel zu verwenden.

Menschen jeden Alters können den intermittierenden Katheterismus erlernen. Der Katheter kann auch von einer Pflegekraft oder einem Familienmitglied eingeführt werden, falls Sie es nicht selbst tun können. Dies bezeichnet man als intermittierenden Fremdkatheterismus.



Der intermittierende Katheterismus sollte aseptisch durchgeführt werden. Ihr Arzt oder eine betreuende Fachkraft werden Ihnen dabei helfen, den für Sie am besten geeigneten Katheter auszuwählen.

Die Rehabilitation

Das aseptische Katheterisieren beginnt immer mit dem Händewaschen und der anschließenden Reinigung des Genitalbereichs. Anschließend sollte der Harnröhreneingang mit einem Schleimhautdesinfektionsmittel desinfiziert werden. Danach wird der Katheter berührungsfrei, das heißt, ohne dass er in direkten Kontakt mit den Händen kommt, eingeführt. Einige intermittierende Katheter ermöglichen durch eine Folienumhüllung ein berührungsfreies Einführen zur Vermeidung von Harnwegsinfektionen. Die in Deutschland verwendeten intermittierenden Katheter sind nur für den einmaligen Gebrauch bestimmt, um Harnwegsinfektionen zu vermeiden.

Weitere Katheterarten

Wenn Sie selbst keinen Katheter zur Blasenentleerung verwenden können, kann für Sie ein **Verweilkatheter** infrage kommen. Ein solcher Katheter wird durch einen aufblasbaren Ballon in der Blase festgehalten und sorgt für eine kontinuierliche Ableitung des Urins. Komplikationen in Verbindung mit Verweilkathetern können Infektionen, eine Harnröhrenverletzung, Blasensteine und/oder Blut im Urin (Hämaturie) sein. Langzeit-Verweilkatheter werden einmal pro Monat, bzw. wie vom Arzt empfohlen, gewechselt.

Ein **suprapubischer Katheter** ist eine Alternative für Personen, die den intermittierenden Katheterismus nicht durchführen können. Ein suprapubischer Katheter ist ein Verweilkatheter, der oberhalb des Schambeins durch die Bauchdecke hindurch direkt in die Blase eingeführt wird.

Bei Dauerkathetern wird ein steriler Urinbeutel oder ein Katheterventil benötigt.

Es gibt zwei Hauptarten von Urinauffangbeuteln:

- Eine Beutelart ist der **Beinbeutel**, der mittels Beingürtel, Beinling oder Stulpen am Bein befestigt wird. Der Beinbeutel wird gewöhnlich tagsüber getragen, da er diskret unter die Kleidung passt und einfach in eine Toilette entleert werden kann.
- Die zweite Art ist der **Nachtbeutel**. Dieser ist größer, kann während der Nacht angewendet werden und wird gewöhnlich am Bett befestigt.

Ein **Katheterventil**, welches am Ende des Katheters angebracht wird, macht den Beutel überflüssig. Das Ventil muss regelmäßig geöffnet werden, um die Blase zu entleeren.



Kondom-Urinale

Männer mit einem unfreiwilligen Harnabgang können von der Verwendung eines Kondom-Urinals profitieren. Dieses Hilfsmittel ähnelt einem Kondom und wird mittels selbsthaftender Klebefläche am Penis angebracht. Das Kondom-Urinal lässt sich diskret tragen und kann sowohl an einen Beinbeutel für die Tagversorgung als auch an einen Nachtbeutel für die Nachtversorgung angeschlossen werden.

Die Rückkehr in den Alltag



People First:
Letitia, USA

„Jeder kauft ein. Ich gehe in dieselben Supermärkte und kaufe die gleichen Nahrungsmittel wie zuvor, allerdings achte ich jetzt mehr auf Nahrungsmittel, die gesund für mich sind.“

Ihre Rehabilitation beinhaltet das Erlernen von neuen Fähigkeiten. Sie werden Hilfsmittel wie zum Beispiel einen Rollstuhl oder einen Duschstuhl benötigen. Sie können auch spezielle Hilfsmittel für Blasen- und Darmkontinenz benötigen. Ein sehr wichtiger Teil Ihres Rehaprozesses ist das Setzen von Zielen, auf die Sie hinarbeiten können. Während die Ziele bei jedem Menschen anders sind, ist der dahinterstehende Plan, dass Sie Ihr Leben wieder aufnehmen und all das tun, was Sie vor Ihrer Verletzung gerne gemacht haben.

Allgemeiner Gesundheitsstatus

Es ist wichtig, dass Sie auf Ihren allgemeinen Gesundheitsstatus achten, um gut mit Ihrer Querschnittlähmung umgehen zu können. Eine vollständige medizinische Untersuchung wird einmal im Jahr empfohlen.

Suchen Sie Ihren Urologen einmal pro Jahr auf. Eine urodynamische Untersuchung (spezielle Untersuchung Ihrer Blase) wird alle zwei Jahre empfohlen, außer Ihr Arzt hält einen anderen Rhythmus für sinnvoll.

Andere wichtige Faktoren zur Erhaltung Ihrer allgemeinen Gesundheit sind ein normales Körpergewicht, regelmäßiges körperliches Training, gesundes Essen und Nichtrauchen. Ihr Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko entspricht dem eines Menschen, der keine Rückenmarkverletzung hat.

Es gibt gewisse medizinische Komplikationen, die nach einer Rückenmarkverletzung häufiger auftreten; einige davon sind nachstehend aufgeführt.

Informieren Sie sich über diese Risiken und besprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Ihrer betreuenden Fachkraft, wie Sie diese vermeiden können.

Frakturen	Knochenbrüche
Osteopenie/Osteoporose	Chronische Knochenkrankheit, bei der die Knochendichte abnimmt, wodurch sich die Gefahr von Knochenbrüchen erhöht.
Tiefe Venenthrombose und Lungenembolie	Blutgerinnsel, die sich in einer Vene tief im Körper bilden, können Beinschmerzen, Schwellungen und Rötungen verursachen. Wenn ein Gerinnsel in den Blutstrom gelangt, kann es in die Lunge transportiert werden. Das nennt man Lungenembolie. Sowohl eine tiefe Venenthrombose als auch eine Lungenembolie sind medizinische Notfälle.
Orthostatischer Hypotonus	Plötzlicher Blutdruckabfall bei Positionswechsel. Kann Ohnmacht, Schwitzen und eine schnelle Herzfrequenz verursachen.
Autonome Dysreflexie (AD)	Ein Risiko für Personen mit einer Rückenmarkverletzung im Abschnitt Th6 oder darüber. Dies ist ein medizinischer Notfall. Der Blutdruck steigt beträchtlich an, man kann pochende Kopfschmerzen, eine niedrige Herzfrequenz, Schwitzen, Gänsehaut, Hautrötungen, Sehstörungen und Angst bekommen.
Blutvergiftung/Sepsis	Eine Infektion, die in den Blutstrom gelangt. Symptome können sein: Fieber und Schüttelfrost, Übelkeit und Erbrechen, erhöhte Herzfrequenz sowie niedriger Blutdruck.
Lungenentzündung	Eine Infektion, die die Lungen betrifft. Die Infektion kann durch Bakterien, Viren oder andere Organismen verursacht werden. Symptome können sein: Fieber, Husten, Schwäche und Kurzatmigkeit.
Blasen- und Nierensteine	Ein festes Gebilde, welches aus Substanzen im Urin entsteht. Der Stein kann in der Niere verbleiben oder in den Harntrakt gelangen. Steine können den Urinfluss blockieren, das Infektionsrisiko erhöhen und Schmerzen verursachen.

Die Rückkehr in den Alltag



Wenn es mühevoll ist, sich an Ihren neuen Zustand zu gewöhnen, sollten Sie mit Ihrem Arzt sprechen. Professionelle Psychotherapie kann Ihnen dabei helfen, wieder den Weg zurück zu einem aktiven, ausgefüllten Leben zu finden.

Gefühlswelten

Nach einer Rückenmarkverletzung ist es normal, eine Vielfalt an Emotionen zu durchleben. Es erfordert zweifellos Zeit und Geduld, sich auf die neue Situation einzustellen. Wie schnell Sie sich an die Veränderungen in Ihrem Körper gewöhnen, kann niemand vorhersagen, und auch Ihre Freunde und Familienmitglieder werden sich unterschiedlich schnell daran gewöhnen. Viele Menschen erleben eine Zeit der Trauer, ähnlich der Trauer um einen geliebten Menschen. Andere haben Mühe zu glauben, dass die Verletzung von Dauer ist, und betrachten die Rehapphase als eine kurzzeitige Unannehmlichkeit. Sie können auch depressiv und zornig werden. Sie werden sehr unterschiedlich auf Ihre Verletzung reagieren und es wird viele Monate dauern, bis Sie sich gefühlsmäßig daran gewöhnt haben. Nachstehend ein paar Tipps, um Ihnen durch diese Zeit zu helfen:

- Vertrauen Sie Ihre Gedanken und Gefühle einem Freund, einem geliebten Menschen, Ihrem Arzt oder Ihrer betreuenden Fachkraft an.
- Führen Sie Tagebuch; schreiben Sie über Ihre Herausforderungen und Erfolge und wie Sie sich fühlen.
- Sprechen Sie mit anderen Menschen, die eine Rückenmarkverletzung haben, um Ideen und Erfahrungen auszutauschen. Ihr Rehabilitations-Team kann Ihnen dabei helfen, andere Betroffene in Ihrer Umgebung kennenzulernen.
- Setzen Sie sich realistische Ziele und feiern Sie das Erreichen dieser Ziele.
- Vermeiden Sie Alkohol, Drogen oder Rauchen als Möglichkeit, um Stress und Ängste abzubauen.

Sexualität und Intimität

Die meisten Menschen mit einer Rückenmarkverletzung haben immer noch ein gesundes Sexualleben und erfüllte Partnerschaften. Das sexuelle Verlangen sowie das Bedürfnis zu lieben und geliebt zu werden, enden auch nach einer Rückenmarkverletzung nicht.

Allerdings wird die sexuelle Technik eine andere sein als vor der Verletzung. Sie müssen mit verschiedenen Aktivitäten und Körperstellungen experimentieren. Sie müssen Ihren Partner dahin gehend beruhigen, dass Sie durch die sexuelle Aktivität nicht verletzt werden. Vielleicht müssen Sie Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin zeigen, was sich gut anfühlt und wo Sie Berührungen empfinden können.

Frauen mit einer Rückenmarkverletzung haben ihre Periode und können weiterhin schwanger werden. Eine vaginale Entbindung ist immer noch möglich. Gewöhnlich finden diese Entbindungen in einem Krankenhaus statt, aber die Geburten verlaufen meist ohne Probleme. Einige Männer mit einer Rückenmarkverletzung können immer noch Erektionen bekommen und aufrechterhalten, während für andere dazu Medikamente, Erektionshilfen wie ein Penisring oder eine Vakuumpumpe bzw. operative Maßnahmen notwendig sind. Eine retrograde Ejakulation (der Samen gelangt in die Blase anstatt in die Harnröhre) ist eine häufige Folge von Rückenmarkverletzungen bei Männern und kann die Wahrscheinlichkeit einer Kindszeugung verringern.



Denken Sie daran, dass das Risiko, sich mit einer sexuell übertragbaren Krankheit anzustecken, dasselbe ist wie vor Ihrer Verletzung. Sichere Sexualpraktiken beinhalten die Verwendung von Kondomen beim Geschlechtsverkehr, die Einschränkung der Anzahl an Sexualpartnern sowie die Verwendung wirksamer Schwangerschaftsverhütungsmethoden.

Wollen Sie mehr über Sexualität und Kinderwunsch bei Menschen mit Querschnittlähmung erfahren? Dann fordern Sie bei Hollister unsere Broschüre an.

Die Rückkehr in den Alltag

Reisen



People First:
Matthias, Deutschland

„Ich liebe es zu reisen! Wir machen häufig Urlaub mit dem Auto oder dem Flugzeug.“

Auch nach einer Rückenmarkverletzung können Sie die ganze Welt bereisen, falls Sie das möchten. Die Reisen erfordern jedoch mehr Planung. Wenden Sie sich an Ihre Fluggesellschaft zwecks einer geeigneten Unterbringung im Flugzeug. Falls nötig, bitten Sie um Hilfe, damit Sie an Bord gelangen, und bitten Sie darum, mehr Gepäck mitführen zu dürfen. Sie sollten sich auch mit den Richtlinien Ihrer Fluggesellschaft vertraut machen.

Informieren Sie Hotels vor Ihrer Ankunft über alles, was Sie brauchen. Fordern Sie die Ausstattung an, die Sie benötigen (frei befahrbare Dusche usw.). Auch Kreuzfahrtschiffe stellen Einrichtungen für Menschen mit Behinderung bereit. Sagen Sie beim Buchen ganz genau, was Sie brauchen.

Informieren Sie sich über Ihr Reiseziel, um unliebsame Überraschungen zu vermeiden. Vergewissern Sie sich, dass Sie Ihre Medikamente und Ihre Katheter in Ihrem Handgepäck mit sich führen.

Auch zum Thema Reisen gibt es eine Broschüre von Hollister.

People First:
Letitia, USA

„Ich habe fast die ganze Welt gesehen und ich lerne gerne neue Menschen kennen.“



Auto fahren

People First:
Christina, Deutschland

„Ich habe jetzt in meinem Auto eine manuelle Steuerung (manuelles Gaspedal, manuelle Bremse und Automatikgetriebe). Ich falte einfach meinen Rollstuhl zusammen, lege ihn auf den Rücksitz und fahre los. Wieder Auto zu fahren, hat mir ein unwahrscheinliches Gefühl von Freiheit gegeben.“

Letitia hat ihre Unabhängigkeit durch das Autofahren zurückbekommen. Sie hat sich ein geeignetes Auto ausgesucht und dieses entsprechend umrüsten lassen. Sie hat eine Methode gefunden, wie sie am besten von ihrem Rollstuhl in das Auto gelangt.



Es ist eine sehr große Herausforderung, mit einer Querschnittslähmung zu leben. Sie werden sich körperlich und emotional erschöpft fühlen. Es ist schwer, sich alle Informationen zu merken, die man Ihnen gibt, und es kann sein, dass Sie neue Fähigkeiten nicht ganz so schnell lernen, wie Sie es gerne hätten.

Nachstehend erhalten Sie ein paar hilfreiche Tipps von Menschen, die Ähnliches durchlebt haben:

- Stellen Sie Fragen! Schreiben Sie sowohl die Fragen als auch die Antworten auf. Lassen Sie sich von einem Freund oder einem Familienmitglied behilflich sein, nicht die Übersicht über die Antworten zu verlieren. Sie können die Antworten im hinteren Teil dieses Leitfadens aufschreiben bzw. hineinschreiben lassen.
- Seien Sie geduldig mit sich selbst und den Menschen um Sie herum. Es wird dauern, bis Sie sich wieder wohlfühlen und an die Veränderungen gewöhnt haben, die durch Ihre Verletzung entstanden sind.
- Setzen Sie sich jeden Tag kleine Ziele. Feiern Sie das Erreichen dieser Ziele.
- Finden Sie jemanden, dem Sie sich wirklich anvertrauen können; jemanden, der Sie emotional aufbauen kann. Dies kann eine Krankenschwester oder ein Arzt, ein Freund oder Familienmitglied oder ein Mitglied einer Selbsthilfegruppe sein.
- Seien Sie proaktiv. Fragen Sie nach dem, was Sie brauchen, und nutzen Sie jede Möglichkeit, um sich an Ihre Verletzung zu gewöhnen.

Forschung auf dem Gebiet der Rückenmarkverletzung

Derzeit gibt es keine Heilung für Rückenmarkverletzungen. Die Forschung umfasst viele Behandlungsbereiche. Hierzu zählen beispielsweise Medikamente, Operationen oder die Transplantation von Nervenzellen. Fast jeder Aspekt in Bezug auf Gesundheit und Rückenmarkverletzungen wird durchleuchtet. Wenn Sie möchten, können Sie mehr über die Ergebnisse der letzten Studien erfahren. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Ihrer betreuenden Fachkraft und besuchen Sie die unten aufgeführten Websites.

- www.themiamiproject.org
- www.dsq.de
- www.paranet.ch



People First:
Letitia, USA

*„Wenn das Rückenmark verletzt ist, funktioniert das Gehirn weiter wie zuvor.
Man denkt immer noch, fühlt wie andere und löst Probleme wie zuvor ...“*

VaPro Einmalkatheter



Bei den meisten Menschen befinden sich die Keime der Harnröhre überwiegend in den vorderen 15 mm.



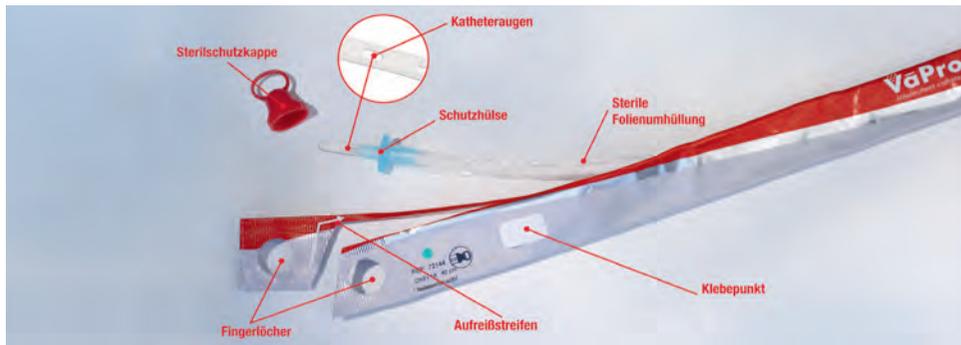
Die bewährte Schutzhülse überbrückt diesen Bereich und schützt den Katheter vor direktem Kontakt mit den Keimen.



Der Katheter kommt erst nach dieser kritischen Zone von 15 mm mit der Harnröhre in Kontakt. Das Risiko einer Bakterienübertragung in die Harnblase wird dadurch gesenkt.

VaPro Einmalkatheter

Bei dem **VaPro** Einmalkatheter handelt es sich um einen hydrophilen Katheter, der sich durch seine berührungsfreie und tropffreie Handhabung sowie seine Gebrauchsfertigkeit auszeichnet. Der Katheter verfügt über die bewährte Schutzhülse, die verhindert, dass der Katheter mit im Eingangsbereich der Harnröhre befindlichen Bakterien in Kontakt kommt. Eine Folienumhüllung ermöglicht ein berührungsfreies, hygienisches Einführen. Diese Eigenschaften beugen der Gefahr von Harnwegsinfektionen vor. Die sanften Katheteraugen schützen die Schleimhaut der Harnröhre beim Einführen und Entfernen des Katheters vor Verletzungen.



- Folienumhüllung zur berührungsfreien Katheterisierung
- Tropfarme Handhabung
- Innovative und patentierte Beschichtungstechnologie
- Bewährte Schutzhülse
- Latexfreies PVC-Material

Größe	Länge	Spitze	Art.-Nr.	Inhalt
8 Ch	20 cm	Nelaton	72082	25
10 Ch	20 cm	Nelaton	72102	25
12 Ch	20 cm	Nelaton	72122	25
14 Ch	20 cm	Nelaton	72142	25
8 Ch	40 cm	Nelaton	72084	25
10 Ch	40 cm	Nelaton	72104	25
12 Ch	40 cm	Nelaton	72124	25
14 Ch	40 cm	Nelaton	72144	25
16 Ch	40 cm	Nelaton	72164	25
12 Ch	40 cm	Tiemann	73124	25
14 Ch	40 cm	Tiemann	73144	25
16 Ch	40 cm	Tiemann	73164	25

VaPro Pocket Einmalkatheter



VaPro Pocket Einmalkatheter

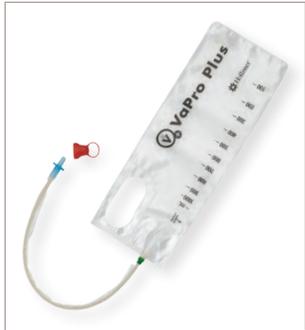
Neben den bekannten überzeugenden Eigenschaften des VaPro Einmalkatheters beeindruckt die Pocket-Familie mit weiteren Vorteilen:

- Der VaPro Pocket „für sie“ und „für ihn“ passt in jede Tasche – der diskrete Katheter für aktive Anwender
- Keine Kompromisse – Katheter in voller Länge, kompakt verpackt
- Schutzhülse und Folienumhüllung ermöglichen eine berührungsfreie Handhabung
- Cleveres Boxdesign: praktische Entnahmemöglichkeit von zwei Seiten

Größe	Länge	Spitze	Art.-Nr.	Inhalt
10 Ch	20 cm	Nelaton	70102	25
12 Ch	20 cm	Nelaton	70122	25
14 Ch	20 cm	Nelaton	70142	25
10 Ch	40 cm	Nelaton	70104*	25
12 Ch	40 cm	Nelaton	70124	25
14 Ch	40 cm	Nelaton	70144	25
16 Ch	40 cm	Nelaton	70164*	25

* Voraussichtlich ab Q2/2015 in Deutschland verfügbar

VaPro Plus Einmalkatheter



Das Plus für unterwegs

Alle, die gerne unterwegs sind, können auf **VaPro Plus** vertrauen. Der hydrophile Einmalkatheter verfügt über die bewährten Eigenschaften des **VaPro** Katheters – und zusätzlich über einen 1-Liter-Auffangbeutel mit Rücklauf-sperre. So ist eine sichere und einfache Entleerung der Blase garantiert, egal ob zu Hause oder unterwegs. Der hydrophile Katheter bietet eine berührungsfreie Handhabung und hohe Gleitfähigkeit.

- Folienumhüllung zur berührungsfreien Katheterisierung
- Tropfarme Handhabung
- Innovative und patentierte Beschichtungstechnologie
- Bewährte Schutzhülse
- Latexfreies PVC-Material

Größe	Länge	Spitze	Art.-Nr.	Inhalt
12 Ch	20 cm	Nelaton	74122	25
14 Ch	20 cm	Nelaton	74142	25
12 Ch	40 cm	Nelaton	74124	25
14 Ch	40 cm	Nelaton	74144	25

Advance Einmalkatheter



Die **Advance** Einmalkatheter von Hollister gewährleisten Sicherheit, Einfachheit und Komfort bei der intermittierenden Katheterisierung.

Advance Einmalkatheter

Durch sein Gleitgel-Reservoir ist der **Advance** Einmalkatheter sofort gebrauchsfertig und garantiert eine gleichmäßige Benetzung mit Gel über den gesamten Katheter. Durch die sterile Folienumhüllung und die Schutzhülse wird das Risiko einer Harnwegsinfektion vermindert. Die besonders sanften Katheteraugen schützen die empfindliche Harnröhrenschleimhaut, sodass diese während des Einführens und Entfernens nicht gereizt wird.

- Einzigartiges Gleitgel-Reservoir
- Bewährte Schutzhülse
- Folienumhüllung zur berührungsfreien Katheterisierung
- Besonders sanfte Katheteraugen
- Latexfreies PVC-Material

Größe	Länge	Spitze	Art.-Nr.	Inhalt
06 Ch	20 cm	Nelaton	92062	25
08 Ch	20 cm	Nelaton	92082	25
10 Ch	20 cm	Nelaton	92102	25
12 Ch	20 cm	Nelaton	92122	25
14 Ch	20 cm	Nelaton	92142	25
10 Ch	40 cm	Nelaton	92104	25
12 Ch	40 cm	Nelaton	92124	25
14 Ch	40 cm	Nelaton	92144	25
16 Ch	40 cm	Nelaton	92164	25
18 Ch	40 cm	Nelaton	92184	25
12 Ch	40 cm	Tiemann	99124	25
14 Ch	40 cm	Tiemann	99144	25
16 Ch	40 cm	Tiemann	99164	25

Advance Plus Einmalkatheter



Advance Plus Einmalkatheter

Mit dem **Advance Plus** Katheter können sich Betroffene an jedem Ort unabhängig katheterisieren. Der Auffangbeutel mit 1.500 ml Fassungsvermögen ermöglicht eine diskrete und sichere Anwendung, unabhängig davon, ob Sie zu Hause oder unterwegs sind. Das einzigartige Gleitgel-Reservoir verhindert zusammen mit der Sterilschutzkappe ein Auslaufen, da sie den Beutel abdichten. Durch den integrierten Henkel kann der Auffangbeutel sicher gehalten und entleert werden.

- Einzigartiges Gleitgel-Reservoir
- Bewährte Schutzhülse
- Folienumhüllung zur berührungsfreien Katheterisierung
- 1.500-ml-Auffangbeutel
- Besonders sanfte Katheteraugen
- Latexfreies PVC-Material

Größe	Länge	Spitze	Art.-Nr.	Inhalt
06 Ch	20 cm	Nelaton	94062	25
08 Ch	20 cm	Nelaton	94082	25
10 Ch	20 cm	Nelaton	94102	25
12 Ch	20 cm	Nelaton	94122	25
14 Ch	20 cm	Nelaton	94142	25
06 Ch	40 cm	Nelaton	94064	25
08 Ch	40 cm	Nelaton	94084	25
10 Ch	40 cm	Nelaton	94104	25
12 Ch	40 cm	Nelaton	94124	25
14 Ch	40 cm	Nelaton	94144	25
16 Ch	40 cm	Nelaton	94164	25
18 Ch	40 cm	Nelaton	94184	25
12 Ch	40 cm	Tiemann	95124	25
14 Ch	40 cm	Tiemann	95144	25
16 Ch	40 cm	Tiemann	95164	25

Advance Plus Pocket Einmalkatheter



Passt in jede Hosentasche

So klein kann ein Katheter sein. Beim neuen **Advance Plus Pocket** Einmalkatheter ist die Verpackung auf ein Drittel reduziert. Das erleichtert die Lagerung, die Entsorgung und den Transport. Natürlich verfügt der **Advance Plus Pocket** über alle bewährten Eigenschaften des **Advance Plus** Katheters.

- Einzigartiges Gleitgel-Reservoir
- Bewährte Schutzhülse
- 1.500-ml-Auffangbeutel
- Besonders sanfte Katheteraugen
- Latexfreies PVC-Material

Größe	Länge	Spitze	Art.-Nr.	Inhalt
10 Ch	40 cm	Nelaton	93104	25
12 Ch	40 cm	Nelaton	93124	25
14 Ch	40 cm	Nelaton	93144	25
16 Ch	40 cm	Nelaton	93164	25

InView Kondom-Urinale



Die **InView** Kondom-Urinale gewährleisten durch ihre hautfreundliche und selbsthaftende Klebefläche einen sicheren Halt sowie eine einfache Anwendung. Durch das latexfreie, atmungsaktive Silikonmaterial bieten sie einen angenehmen Tragekomfort bei höchster Diskretion.

Sie eignen sich auch für Betroffene und Pflegekräfte mit bekannter Latex-überempfindlichkeit. Zudem ermöglicht der transparente Urinalkörper die regelmäßige Beobachtung der Haut ohne Entfernung des Kondom-Urinals.

InView Kondom-Urinale

Die **InView** Kondom-Urinale sind in drei unterschiedlichen Ausführungen erhältlich:

- **InView Standard** – sehr einfach in der Anwendung, sicher und komfortabel
- **InView Extra** – mit extra-breiter Klebefläche für besondere Haftfähigkeit und einen sicheren Sitz; besonders für sehr aktive Menschen geeignet
- **InView Special** – der kurze Kondomkörper und die bereits an der Urinal-Spitze beginnende Klebefläche sichern einen optimalen Sitz für Betroffene mit verkürztem oder retrahiertem Penis. Das InView Special eignet sich vor allem für Betroffene, die mit Standard Kondom-Urinalen nicht zurechtkommen.

Ausführung	Größe	Art.-Nr.	Inhalt/ Packung
InView Standard	25 mm	97225	30
	29 mm	97229	30
	32 mm	97232	30
	36 mm	97236	30
	41 mm	97241	30
InView Extra	25 mm	97325	30
	29 mm	97329	30
	32 mm	97332	30
	36 mm	97336	30
	41 mm	97341	30
InView Special	25 mm	97125	30
	29 mm	97129	30
	32 mm	97132	30
	36 mm	97136	30
	41 mm	97141	30

Bein- und Nachtbeutel



Beinbeutel



Für die Nachtversorgung und für längerfristige, bettlägerige Betroffene empfiehlt sich der sterile Nachtbeutel mit 2.000 ml Fassungsvermögen. Durch eine spezielle Halterung kann der Nachtbeutel problemlos am Bett befestigt werden.

Bein- und Nachtbeutel sowie Zubehör

Um den Urin tagsüber sicher und diskret abzuleiten, wird das Kondom-Urinal über einen Schlauch mit einem Beinbeutel verbunden. Der im Beutel angelangte Urin kann weder Hautreizungen verursachen noch können unangenehme Gerüche entstehen.

Der sterile und der unsterile Beinbeutel von Hollister verfügen über einen integrierten Ableitungsschlauch und eine körperseitige Vliesbeschichtung. Diese sorgt für einen angenehmen Tragekomfort und erlaubt eine Tragezeit von bis zu drei Tagen.

Durch den leicht zu öffnenden Ablasshahn lassen sich die Beutel ganz einfach entleeren. Ein versehentliches Entleeren während des Tragens wird verhindert.

Zur Befestigung eines Beinbeutels am Ober- oder Unterschenkel gibt es eine Vielzahl unterschiedlicher Befestigungsmöglichkeiten. Hollister bietet sowohl Beingürtel und Beinlinge als auch Ober- und Unterschenkel-Stulpen an.

Bezeichnung	Art.-Nr.	Inhalt/ Packung
Beinbeutel unsteril		
50 cm Schlauchlänge, 500 ml	9652	10
50 cm Schlauchlänge, 800 ml	9653	10
Beinbeutel steril		
10 cm Schlauchlänge, 500 ml	9621	10
50 cm Schlauchlänge, 500 ml	9624	10
10 cm Schlauchlänge, 800 ml	9631	10
50 cm Schlauchlänge, 800 ml	9632	10
Nachtbeutel steril 2.000 ml	9650	10
Beingürtel Deluxe		
35 cm	9663	2
38 cm	9660	2
49 cm	9661	2
56 cm	9662	2



Besuchen Sie uns auch auf Facebook unter www.facebook.com/HollisterDeutschland und werden Sie Fan!

Kennen Sie schon unseren  **Hollister Lifeblog** *Jeder Mensch hat eine Geschichte zu erzählen.*
MITTEN IM LEBEN hollister-lifeblog.de



Selbsthilfegruppen

Es gibt viele Selbsthilfegruppen, die gerne Ihre Fragen beantworten und gemeinsam mit Ihnen nach der für Sie besten Lösung suchen.

Eine der größten Selbsthilfegruppen in Deutschland ist die Fördergemeinschaft der Querschnittgelähmten in Deutschland e.V., Silberstraße 15, 67591 Mölsheim, Telefon: 0 62 43/52 56, Telefax: 0 62 43/90 59 20, E-Mail: fgq-moelsheim@t-online.de, www.fgq.de.

Bitte wenden Sie sich bezüglich weiterer lokaler Adressen an Ihr Pflegepersonal. Sicherlich wird man Ihnen gerne Ansprechpartner nennen.

Deutschland

Hollister Incorporated

Niederlassung Deutschland
Riesstraße 25
D-80992 München

Beratungsteam:

Telefon: 0 800/4 65 54 78 – gebührenfrei
E-Mail: beratungsteam@hollister.com
www.hollister.de

Österreich

Hollister GmbH

Bergmillergasse 5
A-1140 Wien

Bestellung und Beratung:

Telefon: 01/8 77 08 00-0
E-Mail: hollister.oesterreich@hollister.com
www.hollister.at

Schweiz

Hollister

Bernstrasse 388
CH-8953 Dietikon

Beratung:

Telefon: 0 800/55 38 39 – gebührenfrei
E-Mail: info@hollister.ch
www.hollister.ch



Ich möchte gern die **VaPro, VaPro Plus Einmalkatheter** und/oder **Advance, Advance Plus, Advance Plus Pocket Einmalkatheter** kennenlernen. Bitte senden Sie mir **Muster*** (bitte jeweils Länge und Ch-Größe ankreuzen!) von:

- VaPro** Einmalkatheter mit hydrophiler Beschichtung und Schutzhülse
- | | | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------|---|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--|
| Nelaton-Spitze | <input type="checkbox"/> 20 cm | > | <input type="checkbox"/> 8 Ch | <input type="checkbox"/> 10 Ch | <input type="checkbox"/> 12 Ch | <input type="checkbox"/> 14 Ch | | |
| | <input type="checkbox"/> 40 cm | > | <input type="checkbox"/> 8 Ch | <input type="checkbox"/> 10 Ch | <input type="checkbox"/> 12 Ch | <input type="checkbox"/> 14 Ch | <input type="checkbox"/> 16 Ch | |
| Tiemann-Spitze | <input type="checkbox"/> 40 cm | > | <input type="checkbox"/> 12 Ch | <input type="checkbox"/> 14 Ch | <input type="checkbox"/> 16 Ch | | | |
- VaPro Pocket** Einmalkatheter mit hydrophiler Beschichtung und Schutzhülse im Pocketformat
- | | | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------|---|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--|--|
| Nelaton-Spitze | <input type="checkbox"/> 20 cm | > | <input type="checkbox"/> 10 Ch | <input type="checkbox"/> 12 Ch | <input type="checkbox"/> 14 Ch | | | |
| | <input type="checkbox"/> 40 cm | > | <input type="checkbox"/> 10 Ch | <input type="checkbox"/> 12 Ch | <input type="checkbox"/> 14 Ch | <input type="checkbox"/> 16 Ch | | |
- VaPro Plus** Einmalkatheter mit hydrophiler Beschichtung und Auffangbeutel
- | | | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------|---|--------------------------------|--------------------------------|--|--|--|--|
| Nelaton-Spitze | <input type="checkbox"/> 20 cm | > | <input type="checkbox"/> 12 Ch | <input type="checkbox"/> 14 Ch | | | | |
| | <input type="checkbox"/> 40 cm | > | <input type="checkbox"/> 12 Ch | <input type="checkbox"/> 14 Ch | | | | |
- Advance** Einmalkatheter mit Gleitgel und Schutzhülse
- | | | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------|---|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--|
| Nelaton-Spitze | <input type="checkbox"/> 20 cm | > | <input type="checkbox"/> 6 Ch | <input type="checkbox"/> 8 Ch | <input type="checkbox"/> 10 Ch | <input type="checkbox"/> 12 Ch | <input type="checkbox"/> 14 Ch | |
| | <input type="checkbox"/> 40 cm | > | <input type="checkbox"/> 10 Ch | <input type="checkbox"/> 12 Ch | <input type="checkbox"/> 14 Ch | <input type="checkbox"/> 16 Ch | <input type="checkbox"/> 18 Ch | |
| Tiemann-Spitze | <input type="checkbox"/> 40 cm | > | <input type="checkbox"/> 12 Ch | <input type="checkbox"/> 14 Ch | <input type="checkbox"/> 16 Ch | | | |
- Advance Plus** Einmalkatheter im Auffangbeutel mit Gleitgel und Schutzhülse
- | | | | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------|---|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| Nelaton-Spitze | <input type="checkbox"/> 20 cm | > | <input type="checkbox"/> 6 Ch | <input type="checkbox"/> 8 Ch | <input type="checkbox"/> 10 Ch | <input type="checkbox"/> 12 Ch | <input type="checkbox"/> 14 Ch | | |
| | <input type="checkbox"/> 40 cm | > | <input type="checkbox"/> 6 Ch | <input type="checkbox"/> 8 Ch | <input type="checkbox"/> 10 Ch | <input type="checkbox"/> 12 Ch | <input type="checkbox"/> 14 Ch | <input type="checkbox"/> 16 Ch | <input type="checkbox"/> 18 Ch |
| Tiemann-Spitze | <input type="checkbox"/> 40 cm | > | <input type="checkbox"/> 12 Ch | <input type="checkbox"/> 14 Ch | <input type="checkbox"/> 16 Ch | | | | |
- Advance Plus Pocket** Einmalkatheter im Auffangbeutel mit Gleitgel und Schutzhülse
- | | | | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------|---|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--|--|--|
| Nelaton-Spitze | <input type="checkbox"/> 40 cm | > | <input type="checkbox"/> 10 Ch | <input type="checkbox"/> 12 Ch | <input type="checkbox"/> 14 Ch | <input type="checkbox"/> 16 Ch | | | |
|----------------|--------------------------------|---|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--|--|--|
- Produktinformationen** über Kondom-Urinal und Beinbeutel

* Musteranforderungen aus Österreich und der Schweiz können Sie direkt an die jeweiligen Niederlassungen schicken oder sie werden durch die Mitarbeiter von Hollister in Deutschland weitergeleitet.



Absender

Name, Vorname

Straße, Haus-Nr.

PLZ, Wohnort

Telefon

E-Mail

Ich bin: Betroffener Angehöriger Pflegekraft

Meine derzeitige Versorgung:

Produkt, Hersteller, Indikation (z. B. MS)

Einwilligung in die Nutzung meiner Daten:

Mit meiner Unterschrift unten erkläre ich mich einverstanden, dass Hollister Incorporated, Niederlassung Deutschland, meine von mir auf dieser Karte angegebenen **personenbezogenen Daten** (insbesondere Name, Adressdaten, Angaben zu meinem Krankheitsbild und meiner medizinischen Versorgung sowie zu benötigten/erwünschten Produkten und Serviceleistungen) **verwendet, um mich per Post, per E-Mail oder per Telefon über die Hollister Unternehmensgruppe sowie über deren Produkte und Leistungen zu informieren**, insbesondere über neue, meinen Bedürfnissen entsprechende Produkte und Leistungen. Zu diesen Zwecken können meine Angaben auch innerhalb der Hollister Unternehmensgruppe im In- und Ausland (auch in Länder außerhalb der EU) übermittelt werden. Die Einwilligung ist freiwillig und jederzeit widerruflich, z. B. genügt ein einfaches Schreiben an Hollister Incorporated, Niederlassung Deutschland, Riesstraße 25, 80992 München.

Datum

Unterschrift

LI2210/04.15

Das Porto
zahlen wir
für Sie.

Deutsche Post 

WERBEANTWORT

Hollister Incorporated
Niederlassung Deutschland
Beratungsteam
Riesstraße 25
80992 München