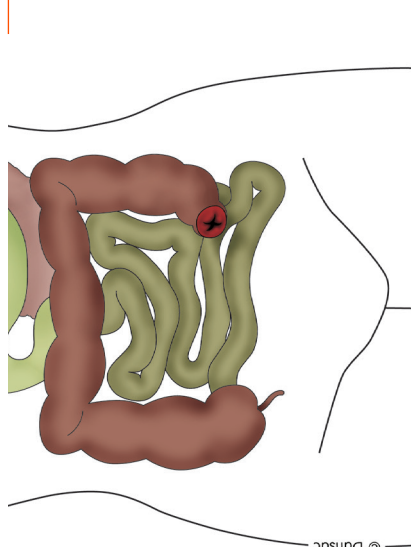




# Irrigation

Steg för steg

# Irrigation steg för steg

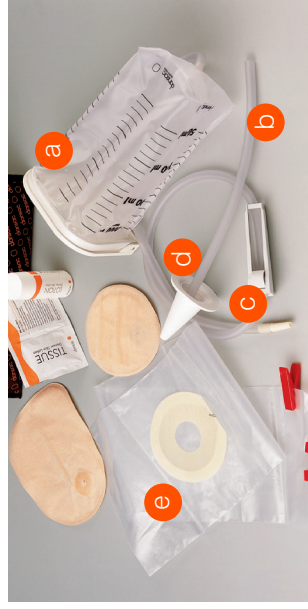


## Irrigation

Irrigation är ett sätt att rengöra tarmen. Proceduren går ut på att man för in vatten via stomin med regelbundna tidsintervall. Irrigation ska alltid rekommenderas och instrueras av en stomiterapeut. Om stomiterapeuten bedömer att irrigation är lämpligt i ditt fall kommer du att få all nödvändig information om hur detta ska ske. Irrigation hjälper många med kolostomi att kontrollera sin tarmfunktion bättre. Det lämpar sig särskilt för kolostomier. Proceduren kräver att du har tillgång till en toalett och rent vatten i under cirka en timme. Det kan ta 2-3 veckor för tarmen att anpassa sig; för de flesta personer innebär det irrigation varje eller varannan dag.

Det här behöver du:

- Vattenbehållare
- Slang
- Flödeskran
- Kon
- Irrigationspåse och klämmor
- Avfallspåsar, torra servetter, vatten och eventuellt andra hjälpmedel



**Förberedelser:** Börja med att koppla ihop vattenbehållare med slang, flödeskran och kon. Fyll vattenbehållaren med fingervarmt (37-gradigt) vatten. Din stomiterapeut kommer att informera dig om hur mycket vatten du behöver. Ta bort ditt stomibandage och rengör huden runt stomin.



Din stomiterapeut kommer att informera dig om hur

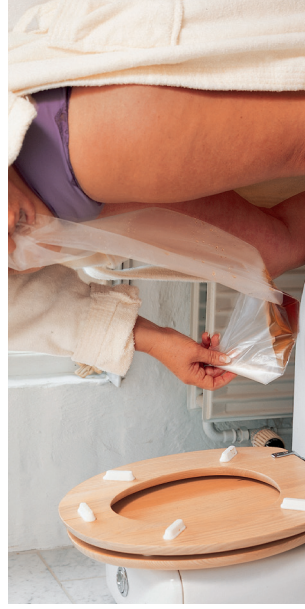


**Fäst irrigationsutrustningen:** Placera vattenbehållaren i axelhöjd eller högre för att erhålla tillräckligt vattentryck. Innan du börjar irrigera bör du avlägsna all luft i slangen genom att öppna flödeskranen och "knäppa" med fingrarna längs slangen så att vattnet rinner genom slangen. Fäst irrigationspåsen (Dansacs irrigationspåse finns i två varianter; en med hydrokolloidbarriär och en med ringhållare som är anpassad för ring och bälte). Placera ena änden av irrigationspåsen i toaletten. För försiktigt in konen i stomin genom öppningen i irrigationspåsens andra ände. Det kan vara lättare att föra in konen om man använder ett glidmedel eller lite vatten.





**För in vattnet:** Håll ett stadigt grepp om konen med ena handen. Med hjälp av flödeskranen regleras mängden vatten efter behov. Avlägsna sen konen, det kan göra att lite vatten eller avföring följer med ut och hamnar i irrigationspåsen. För att du ska kunna röra dig fritt kan du vika upp den nedre änden av irrigationspåsen och fästa ihop den med den övre delen med hjälp av klämmorna. I de flesta fall kommer tjocktarmen att tömmas inom 20 till 30 minuter.



**Avslutningsvis:** Rulla ut påsen igen och töm ut innehållet i toaletten. Avlägsna påsen från magen, rengör huden med jumbummet vatten och torka med en servett. Försäkra dig om att huden är torr innan du fäster ett stombandage. Applicera sedan det nya bandaget vilket vanligtvis brukar vara en Mini Cap, eller en minipåse i början när du fortfarande lär dig processen.



**Rengöring:** Avlägsna och tvätta rent alla delar av irrigationsutrustningen. Torka insidan av vattenbehållaren noggrant. Kasta den använda irrigationspåsen i soporna.

**Bra tips:**

- Irrigera med regelbundna tidsintervall.
- Se till att du befinner dig i en lugn och ostörd miljö innan du börjar.
- Ge inte upp. Om du inte lyckas första gången kan du försöka igen dagen därpå.
- Använd inte mer vatten än rekommenderat.
- Utför inte irrigationen om du är sjuk eller har diarré. Du kan börja på nytt när du mår bättre igen.
- Se till att hålla kläder ur vägen för hygienens skull.
- Placera vattenbehållaren i axelhöjd eller högre.



## Tips vid irrigation

Efter att vattnet har förts in är det bra att låta konen vara kvar i stomins öppning några minuter, för att undvika att vattnet direkt rinner tillbaka ut från stomin. Du kan även hålla för öppningen med fingrarna för att hålla kvar vattnet lite längre. Det brukar underlätta tarmtömningen.



Om du inte vill sitta på toaletten och vänta kan du fästa upp påsen med klämmor tills tarmen är tömd. När irrigationen sen är klar och avföringen har tömts ut i påsen avlägsnar du klämmorna och tömmer ut påsens innehåll i toaletten.



Att tänka på när du reser:

- Res alltid med irrigationsutrustningen i handbagaget.
- Glöm inte upphängningsanordning eller krok som går att klistra upp på väggen för att kunna hänga upp vattenbehållaren.
- Använd endast rent dricksvatten.



Om problem uppstår:

- Vid problem med insättning av konen: försök slappna av och lokalisera tarmöppningen med fingerspetsen.
- Vid obehag eller smärta i samband med vatteninförseln: stäng av vattenflödet och massera försiktigt magen. Vattnet måste ha rätt temperatur och får inte flöda för snabbt. Kontrollera även att det inte finns luft i slangen.
- Om tjocktarmen töms mellan irrigationstillfällena kanske du behöver längre tid för varje irrigation, eller så behöver du kanske irrigera oftare.
- Kontakta din stomiterapeut om du behöver hjälp eller har frågor.



Gå gärna in på [www.dansac.se](http://www.dansac.se) för att se instruktionsfilmer om irrigation.