

# Kort veiledning for å håndtere din kropps reaksjon til TAI

Dersom tarmene dine ikke reagerer som du håper på ved transanal irrigasjon (TAI), er det vanlig at det tar mellom 4-12 uker å etablere en optimal TAI-rutine.

I løpet av denne tiden vil tarmene dine venne seg til din nye metode for tarmbehandling.

Hvis du har spørsmål eller ønsker å snakke med en av sykepleierne i Coloplast Assistanse, kan du kontakte dem på følgende måte:

Telefon 22 57 50 20 eller [assistanse@coloplast.com](mailto:assistanse@coloplast.com).

Du kan også lese noen smarte tips under.

**Hvis du har noen kliniske bekymringer, ta kontakt med din lege eller sykepleier.**

Joel, bruker Peristeen Plus





Becky

## Håndtering av lekkasje etter en irrigasjon

Etter at du har fullført irrigasjonen, kan du av og til oppleve lekkasje etterpå. For å takle dette problemet, bør du først sjekke om du bruker riktig mengde vann i tråd med legens anbefaling.

Hvis du får en lekkasje rett etter en irrigasjon...

- ☐ Kan det være du ikke venter lenge nok på toalettet. Individuelle opplevelser kan variere, men med Peristeen® Plus tar det i gjennomsnitt omtrent 30 minutter å tømme tarmen etter å ha pumpet inn vannet. Vær tålmodig og ta deg tid på dette stadiet.
- ☐ Du kan vurdere å prøve å bevege kroppen mens du sitter på toalettet for å øke trykket inne i magen og tømme alt vannet og avføringen. Hvis du er i stand til det, kan du prøve å bevege deg rundt, for eksempel lene deg tilbake, fremover eller sideveis, eller stramme magemusklene dine. Dette kan hjelpe med tømmeprosessen.

Noen har svært stramme lukkemuskler rundt endetarmsåpningen. Dette kan også forhindre fullstendig tømming av tarmen når du sitter på toalettet. Du kan prøve rektal digitalstimulering eller forsøke å sette inn et belagt kateter på nytt for å stimulere åpningen av lukkemuskelen for å fremme tarmbevegelse. Det er viktig å kontakte helsepersonell eller spesialist for råd og veiledning om slike prosedyrer for din sikkerhet og effektivitet. Hvis du lekker fortsatt etter 30 minutter etter irrigering...

- ☐ Kan du sette deg på toalettet etter 30 minutter for videre tømming av tarmen din.
- ☐ Diskuter din TAI rutine med legen, det kan være nødvendig å justere din rutine ved å endre på vannmengden eller frekvensen av irrigeringen.
- ☐ Din lege eller sykepleier kan også anbefale at du bruker en absorberende bleie, hvis det er hensiktsmessig.





## Håndtering av lekkasje under en irrigasjon

Av og til kan du oppleve lekkasje under en irrigasjon. I slike tilfeller kan du vurdere å prøve følgende alternativer:

- ☐ Sørg for at kateteret er riktig satt inn. Hvis du bruker ballongkateteret, bør det settes inn til den turkise prikken ved fingerhåndtaket. Hvis du bruker konkateteret, må du forsikre deg om at du holder konet på plass under irrigasjonen. Du kan holde den ved fingerhåndtaket eller nedenfor konbasen. Dette sikrer riktig plassering og effektiv irrigasjon.
- ☐ Hvis du bruker et ballongkateter, juster kateterets posisjon etter én luftpump – trekk forsiktig kateteret tilbake for å forsegle endetarmen. Du kan også legge til en annen luftpump, men ikke overstig 4 fulle pump hvis du bruker et vanlig kateter, eller 2 fulle pump hvis du bruker et lite kateter. Ikke overskrid antall pump som er anbefalt av helsepersonell eller din behandlende lege, da dette kan påvirke prosedyrens sikkerhet og effektivitet.

Det kan kreve litt tilpasning for å oppnå en god tetting og finne en god posisjon som fungerer for din unike anatomi. Du kan vurdere å spørre legen eller sykepleieren din om de kan hjelpe med ytterligere trening for å veilede deg i dette. Det er viktig å få riktig opplæring og veiledning for å optimalisere effektiviteten og komforten under irrigasjonen basert på dine individuelle behov.

**Ingen avføring kommer ut** Noen ganger kan du oppleve at det ikke kommer avføring under irrigasjonen, og vannet som kommer ut er klart. For å fremme en vellykket irrigasjon, sørg alltid for at du forblir sittende på toalettet i tilstrekkelig tid (det kan ta i gjennomsnitt 30 minutter å tømme tarmen fullstendig). Det er viktig å være tålmodig og ta deg tid under denne prosessen for å sikre at tarmen blir helt tømt. Forsøk også å stramme magemusklene eller lene deg bakover, fremover eller sideveis for å stimulere tarmaktiviteten. Dette kan bidra til at tarmen tømmer seg mer effektivt under irrigasjonen. Husk å gjøre dette forsiktig og gradvis for å unngå ubehag.