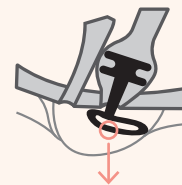
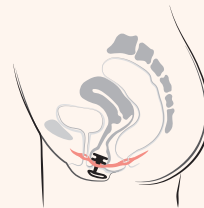


Efemia kontinensstöd utprovningssguide

Efemia kontinensstöd är designat så att kvinnan själv kan prova ut och enkelt hitta sin storlek. Stöd och råd inför utprovningen kan vara bra för att hon ska känna sig bekväm. Utprovning i hemmet gör att patienten kan prova stödet vid flera olika tillfällen, dessutom förkortar det patientbesöket eftersom utprovningen görs av kvinnan själv.

1. Så här informerar du om hur kontinensstödet ska användas:

- a** Töm blåsan & tvätta händerna med tvål och vatten.
- b** Skölj kontinensstödet med vatten eller använd ett vattenbaserat glidmedel som gör det lättare att föra in i vaginan.
- c** **Ta tag i handtaget och för in kontinensstödet:** Kontinensstödet ska föras in i vaginan i en svagt uppåtriktad vinkel, likt en tampong. Stödningarna ska förbi den trånga slidpassagen och vila på bäckenbotten. Handtaget ska ligga tätt mot mellangården och täckas av de yttre blygdläpparna.
- d** **Placering:** Patienten bör dra lätt i handtaget, hoppa eller röra på sig. Om kontinensstödet inte sitter kvar eller inte minskar läckaget, behöver hon prova en större storlek eller justera placeringen.
- e** **Ta ut kontinensstödet:** Tipsa patienten om att hitta en bekväm position, hon kan exempelvis stå upp med lätt böjda knän eller med ena foten på toalettstolen. Genom att dra lätt i handtaget och vicka det lite från sida till sida är det enkelt att ta ut. Innan uttagning kan det vara bra att patienten tömmer blåsan.
- f** **Rengör kontinensstödet** med vatten, tvål och vatten eller koka det i 10 min.



Det gör inget om patienten skulle ta fel på fram och bak, de runda stödningarna gör att funktion är lika bra oavsett vilket håll kontinensstödet sitter på!

Tänk på att en för liten storlek kan skava både på insidan och utsidan – om patienten upplever det, välj en större storlek!

Om patienten känner motstånd eller en känsla av vakuum när hon försöker ta ut stödet: Be henne föra in ett finger bredvid stödet, tryck det åt sidan och vicka lite. Då kan luft passera igenom och bryta vakuemet som har skapats.

2. Första gången förskrivs Efemia Startset. Visa gärna ett demoexemplar av kontinensstödet så patienten kan se hur den ser ut och känna hur mjuk den är.

3. Patienten provar de tre storlekarna i startsetet hemma. Vi rekommenderar att börja med den minsta storleken (30 mm). Om den inte hjälper, prova mellanstorleken (35 mm) och eventuellt även den största (40 mm).

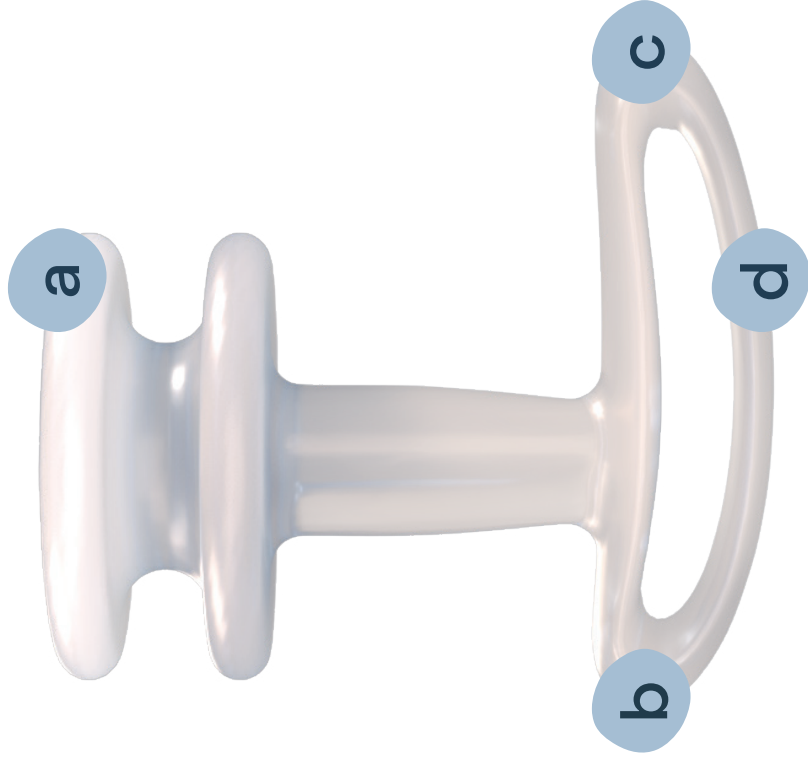
4. Efter 2–3 veckor är det bra att återkoppla till patienten: Hur har det gått? I vilka situationer fungerar det? Vilken storlek passar? När hon hittat rätt storlek, förskriver du singelförpackningen fortsättningsvis.

18+

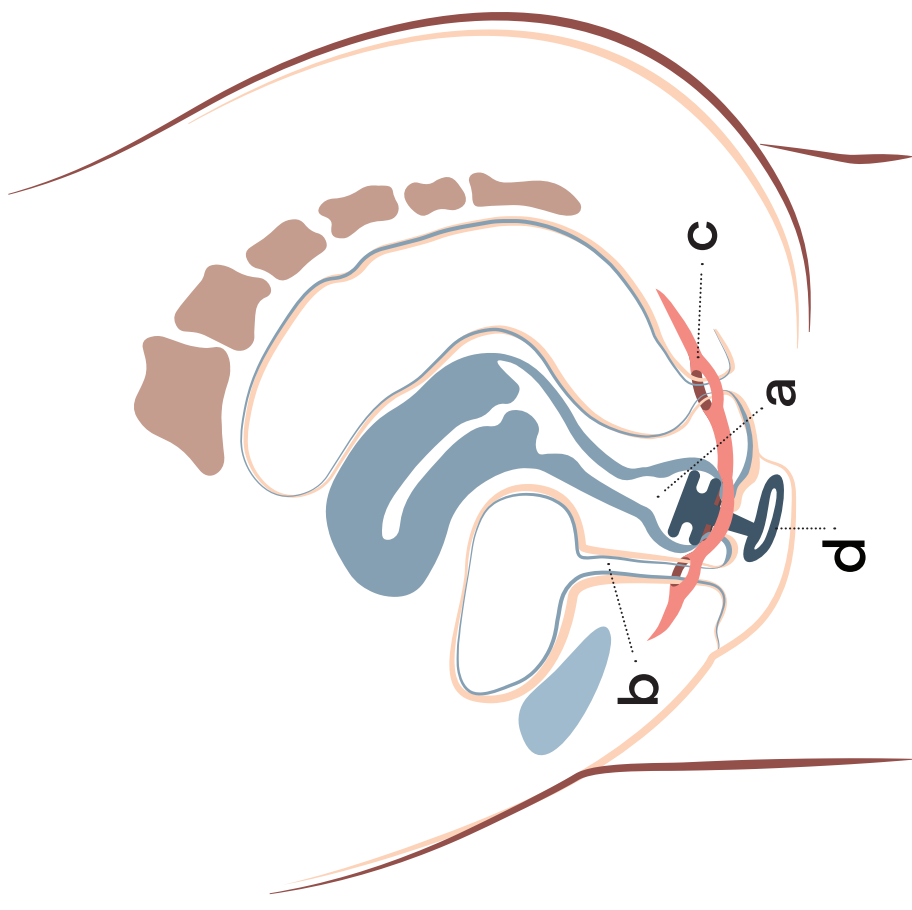
16h



3M



- a. Stödjeringar b. Fram
- c. Bak d. Handtag



- a. Vagina b. Urinrör
- c. Bäckebotten d. Efemia kontinensstöd