

Urininkontinens, Toalettassistans

Toalettassistans är särskilt lämpligt vid urininkontinens hos äldre eller vid nedsatt kognitiv funktion.

Begreppet innefattar tre metoder:

Schemalagda toalettvanor

När vårdtagaren inte själv uppfattar några urinträngningar så lägger man upp ett fast schema istället. Man hjälper henne/honom till toaletten eller påminner henne/honom att det är dags för det t.ex. direkt på morgonen, efter måltider och före sänggåendet. Målet är att minska antalet episoder med urinläckage och många kvinnor och män blir helt kontinenta, om de kissar enligt schema med 2-4 timmars intervall.

Vaneträning

Här tar man först reda på miktionsmönstret och lägger sedan upp ett schema för toalettassistans som är individanpassat.

Uppmärksamhetsträning – prompted voiding

Denna metod förutsätter, som alla andra, vårdtagarens samtycke. Den fungerar bra även för personer med kognitiv svikt. Det krävs dock att vårdtagaren kan be om hjälp och att den kan känna fyllnadskänsla i urinblåsan. Metoden består av tre delar: Övervakning, beröm, påminnelse.

Övervakning

Vårdtagaren tillfrågas varannan timme om det är ”vått eller torrt”. Personalen kontrollerar om svaret stämmer och ger feedback (”Ja, det stämmer...”).

Beröm

Sedan tillfrågas vårdtagaren om hon/han behöver gå på toaletten. Är svaret ”ja” så följer personalen med och ger en extra pratstund också. Är svaret ”nej” så byter man eventuellt vått inkontinensskydd.

Påminnelse

Slutligen ber man vårdtagaren att säga till ifall han/hon känner sig kissnödig och informerar om att man kommer tillbaka om 2 timmar.

Under natten frågar man vårdtagaren om han/hon behöver gå på toaletten enbart ifall vårdtagaren vaknar.

Alla resultat dokumenteras.