

Umhirða þvagleggs

Hreinlæti:

- Daglegur þvottur án sápu kringum þvagrás og þvaglegg. Fara má í sturtu en ekki fara í baðkar, sund eða heitan pott.
- Konur þurfa að þvo framan frá og aftur að endaparmi.
- Karlar þurfa að þvo undir forhúð og gæta þess að draga forhúðina aftur niður.
- Þvo þarf hendur fyrir og eftir hverja losun úr þvagnokanum.
- Skipta þarf um þvagnoka á þriggja vikna fresti. Þess utan má ekki rjúfa samskeyti.

Til að tæma þvagnokann er lokan á enda hans opnuð. Þvagnokann þarf að tæma reglulega svo hann yfirfyllist ekki. Nauðsynlegt er að tæma þvagnokann fyrir svefn. Gott er að losa um böndin sem halda pokanum á fótlegg eða læri fyrir nóttina. Böndin eru með frönskum rennilás og þola þvott.

Til að koma í veg fyrir tog á þvaglegginn þarf að gæta þess að hafa slaka á honum og festa vel með plástri eða sérstökum festibúnaði á lærið. Best er að plástra til skiptis á hægri og vinstra læri svo ekki komi sár við þvagrás. Ráðlagt er að nota hvítan silkiplástur sem fæst í apótekum og skipta daglega um plástur. Einnig er gott að nota þvaglekabindi og vera í netbuxum og/eða þröngum nærbuxum sem halda vel við og minnka hreyfingu á þvagleggnum. Tog á þvaglegg getur valdið ertingu í blöðru, sviða og eymsli í þvagrás.

Nauðsynlegt er að drekka um tvo lítra á dag. Ráðlagt er að borða trefjaríkt fæði, grænmeti og ávexti til að fyrirbyggja hægðatregðu.

Fyrir útskrift þarf að fá upplýsingar um hvar og hvenær á að skipta um eða fjarlægja þvaglegginn.

Vandamál sem geta komið upp:

- Ef þvag rennur ekki um slöngu, þarf að athuga hvort brot sé á þvaglegg eða slöngu.
- Þvaglátstilfinning getur stafað af ertingu vegna þvagleggsins.
- Krampi í þvagblöðru getur komið upp, en hverfur yfirleitt fljótlega.
- Þvagleki meðfram þvagleggnum getur orðið vegna krampa í þvagblöðru.

Hafa þarf samband við spítalann ef:

- Viðvarandi verkur er undan þvaglegg eða yfir þvagblöðru.
- Ekkert þvag kemur í þvagnokann í 2–3 klst.
- Blóð er í þvagi.
- Þvagið er gruggugt eða illa lyktandi.
- Líkamshiti verður hærri en 38,5°C eða skjálfti gerir vart við sig.

Göngudeild þvagfæra 11A er opin virka daga frá 08-16, sími 543 7100.

Utan þess tíma er haft samband við bráðamóttöku í Fossvogi.

Ef útskrift er frá kvenlækningadeild er haft samband við móttöku deildar í síma 543 3224 á virkum dögum og utan þess tíma á legudeild kvenlækningadeildar í síma 543 3263.

