

Planerade och pågående förebyggande åtgärder inklusive klassifikation av vårdåtgärder (KVÅ)	Beskrivning Finns även som hjälptext i registret Senior alert
<p><b>Basal utredning enligt Nikola</b> Ej genomförd</p> <p>Basal utredning enligt nikola genomförd</p> <p>Tidigare basal utredning enligt nikola fortfarande aktuell</p>	<p>Personen har inte genomgått en basal utredning enligt nikola.</p> <p>Basal utredning enligt nikola är genomförd i samband med att risk för blåsdysfunktion konstaterats. Den basala utredningen enligt nikola bör inte vara äldre än ett år.</p> <p>Den basala utredningen enligt nikola är äldre än ett år men ansvarig sjuksköterska bedömer att det inte har skett några väsentliga förändringar i personens tillstånd som föranleder att någon ny utredning görs.</p>
<p><b>Information</b> Information/ utbildning inom området blåsfunktion/dysfunktion (QV001)</p>	<p>Informera personen om hur urinvägarna fungerar vid normal fyllnad samt tömning av blåsan. Vad som händer när det inte fungerar normalt. Information och råd till personen, som vill ha skydd för säkerhets skull, hur han/hon ska kunna uppnå trygghet utan skydd. Se <a href="http://www.nikola.nu">www.nikola.nu</a> Vuxen blåsa.</p> <p>Om personen känner osäkerhet kring sin kontinens och använder inkontinensskydd för säkerhets skull måste behandlade sjuksköterska stötta personen att känna trygghet för att kunna vara utan skydd med målet att kunna avveckla skyddet.</p>
<p><b>Genomföra toalettassistans</b> Individuell anpassning av toalettbesök (QN013)</p>	<p>Toalettassistans innebär att personen får hjälp till toaletten eller blir påmind om att gå på toaletten innan urinläckage uppstår. Toalettbesöken anpassas utifrån personens blåsfunktion och bygger på ett individuellt framtaget toalett-schema. Se <a href="http://www.nikola.nu">www.nikola.nu</a> Vuxen blåsa.</p>
<p><b>Översyn av miktionsvanor (DK019)</b></p> <p>Regelbundna toalettbesök (DK019)</p> <p>Dubbeltömning av blåsa (DK019)</p> <p>Anpassning av sittställning på toaletten (DK019)</p>	<p>För att förbättra blåstömningen är det viktigt att personen får komma till toaletten regelbundet, eventuellt kissa två eller fler gånger in på varandra med en lägesförändring däremellan och har en väl utprovad sittställning. Se <a href="http://www.nikola.nu">www.nikola.nu</a> Vuxen blåsa.</p> <p>Regelbundna toalettbesök är viktigt för att minska risken för läckage på grund av för stor volym i blåsan.</p> <p>Dubbeltömning av blåsan förbättrar tömningen. Se <a href="http://www.nikola.nu">www.nikola.nu</a> Vuxen blåsa.</p> <p>Anpassad sittställning är viktigt för att personen ska kunna slappna av och tömma blåsan på ett bra sätt.</p>
<p><b>Avföringsregim</b></p> <p>Förebygga förstoppning via kost (DV051)</p> <p>Dagliga kroppsaktiviteter</p> <p>Individuellt anpassade toalettbesök (QN013)</p> <p>Farmakologisk behandling (AV027)</p>	<p>Fylld tarm påverkar möjligheten att fylla och tömma blåsan. Problem med förstoppning kan leda till blåsdysfunktion, urinvägsinfektioner och därför behöver tarmfunktionen ses över. Se <a href="http://www.nikola.nu">www.nikola.nu</a> Vuxen tarm.</p> <p>Undvika kost som är stoppande och normaliserat dryck intag.</p> <p>Rörelse och dagliga fysiska aktiviteter förbättrar tarmfunktionen.</p> <p>Det är viktigt att personen har möjlighet komma på toaletten efter behov och få lugn och ro vid tarmtömning.</p> <p>Vid behov kan tarmreglerande medel behöva ges för att normalisera tarmfunktionen.</p>
<p><b>Förflyttningshjälpmedel</b> Genomgång av förflyttningshjälpmedel (GA025)</p>	<p>Prova ut, anpassa och följ upp hjälpmedel för att underlätta för personen att ta sig till toaletten.</p>

<p><b>Omgivningsanpassning (PT009)</b></p> <p>Anpassning av toalettutrymme</p> <p>Färganpassning/ märkning av toalett</p> <p>Anpassning av ljus både dag och natt (QT010)</p>	<p>Toalettutrymmet kan behöva anpassas efter personens behov för att hitta och kunna ta sig till toaletten.</p> <p>Toalettutrymmet kan behöva anpassas för att möjliggöra för personen att ta sig till toaletten själv eller med hjälp av annan person.</p> <p>Toaletten ska vara väl markerad så att personen hittar den. Toalettlocket kan vara i en avvikande färg.</p> <p>Det är viktigt att ljuset till och i toalettutrymmet är anpassat så det underlättar för personen att hitta till toaletten och vistas där.</p>
<p><b>Översyn kring av- och påklädning</b></p> <p>Kläder som är lätta att ta av och på (PN004)</p>	<p>Kläder anpassas utifrån personens förmåga att kunna ta av och på sig själv för en ökad självständighet.</p>
<p><b>Läkemedelsgenomgång</b></p> <p>Genomgång av medicinering som påverkar blåsfunktionen (QV012)</p>	<p>Strukturerad genomgång av de läkemedel som personen är ordinerad eller använder. Överväga revision av behandling som påverkar blåsfyllnad och blåstömning.</p>
<p><b>Infektionsförebyggande åtgärder</b></p> <p>Utredning vid återkommande urinvägsinfektioner</p> <p>Lokal östrogenbehandling</p>	<p>Det finns en ökad risk för återkommande urinvägsinfektioner vid residualurin, förstoppning, sköra slemhinnor hos kvinnor.</p> <p>Det finns en ökad risk för återkommande urinvägsinfektioner vid reidualurin, förstoppning, sköra slemhinnor hos kvinnor och hur personen kan torka sig i samband med toalettbesök – vilket kan behöva ses över.</p> <p>Lokal östrogenbehandling kan förbättra slemhinnorna och surgöra miljön i underlivet hos kvinnor.</p>
<p><b>Översyn av vätsketillförsel</b></p> <p>Genomgång av vätsketillförsel</p>	<p>Litet vätskeintag ger koncentrerad urin och risk för att urinen står länge i blåsan samt ökar risk för hård avföring. Stort vätskeintag medför ökad urinmängd, täta toalettbesök och risk för urinläckage.</p>
<p><b>Översyn av personlig hygien</b></p> <p>Underlivshygien för att förebygga hud- och slemhinneirritation (QF003)</p> <p>Torka sig efter blåstömning (DK019)</p> <p>Torka sig efter tarmtömning (DK019)</p>	<p>Slemhinnans kondition är viktig för personens livskvalitet. En torr slemhinna kan ge obehagskänsla och trängningar samt ökar risken för infektioner. Att själv kunna torka sig efter urin och tarmtömning ger en känsla av oberoende. Att torka rätt minskar också risken för infektioner. Se <a href="http://www.nikola.nu">www.nikola.nu</a> Vuxen blåsa.</p> <p>Det är viktigt att inte använda produkter som är uttorkande för underlivsslemhinnan.</p> <p>Det är viktigt att personen torkar sig på rätt sätt, framifrån och bakåt.</p> <p>Det är viktigt att personen torkar sig på rätt sätt, framifrån och bakåt och att det blir så rent som möjligt efter tarmtömning.</p>
<p><b>Rörelse och träning</b></p> <p>Träning av bäckenbottenmuskulaturen (QF001)</p> <p>Cirkulationsträning av ben och fötter</p> <p>Gångträning</p>	<p>Rörelse och träning förbättrar muskelstyrkan vilket underlättar både blås- och tarmtömning.</p> <p>Rörelse och förbättrad muskelstyrka ger en bibehållen och förbättrad balans och möjliggör för personen att på ett tryggt sätt kunna ta sig till toaletten.</p> <p>Träning av bäckenbottenmuskulaturen är viktig för att kunna hålla urinen. Se <a href="http://www.nikola.nu">www.nikola.nu</a> Vuxen blåsa.</p> <p>Cirkulationsträning av ben och fötter förbättrar genomblödningen i underlivet och underlättar blå- och tarmtömning. Se <a href="http://www.nikola.nu">www.nikola.nu</a> Vuxen blåsa.</p> <p>Gångträning stärker bäckenbottenmuskulaturen, ger bättre hållning och underlättar urin- och tarmtömning.</p>
<p><b>Blåsträning</b></p> <p>Öka blåsvolymen och minska frekvensen (DK019)</p>	<p>Person med problem med täta trängningar, där överfyllandsblåsa är utesluten genom residualurinmätning, kan blåsträna. Det innebär att försöka öka urinblåsans volym genom att förlänga intervallet mellan toalettbesöken. Se <a href="http://www.nikola.nu">www.nikola.nu</a> Vuxen blåsa</p>

<b>Utprovning av inkontinenshjälpmedel</b>	Utprovning sker utifrån personens behov. Genom en läckagemätning är det möjligt att fastställa behovet av inkontinenshjälpmedel. Mätningen genomförs under minst 48 timmar. Valet av inkontinenshjälpmedel avgörs utifrån resultatet av läckagemätningen tillsammans med andra faktorer som den äldres funktionstillstånd, livsstil, hudhälsa, kroppsform och hur den enskilde upplever hjälpmedlet. Se <a href="http://www.nikola.nu">www.nikola.nu</a> Vuxen blåsa.
Individuell utprovning av inkontinenshjälpmedel (DK019)	
<b>Urinavledande behandling</b>	Användning av urinavledande behandling kräver läkarordination och används vid blåstömningssvårigheter. Urinavledande behandling kan även användas i vissa specifika fall, indikationen avgör och kräver läkarordination. Se även <a href="http://www.nikola.nu">www.nikola.nu</a> område Vuxen blåsa
IK (Intermittent katetrisering) alt. RIK (Ren IK) (GB005)	IK=Intermittent katetrisering är regelbunden tömning av blåsan utförd av vårdpersonal med en tappningskateter. RIK=Ren Intermittent Katetrisering innebär att personen själv tömmer blåsan regelbundet med en tappningskateter. Ordination av läkare
Suprapubisk kateter (XKD06)	Suprapubisk kateter innebär att en kvarliggande kateter sätts in i blåsan via bukväggen. Utförs av läkare och sköts som en vanlig urinkateter med kuff av personen själv eller av vårdpersonal. Behandlingstiden är ofta lång, fler månader.
KAD (Kateter á demeure) (TKC20)	Kvarliggande kateter via urinröret. Kräver läkarordination och sköts av personen själv eller av vårdpersonal. Behandlingstiden kan vara från något dygn till flera månader.
<b>Annan åtgärd – blåsdysfunktion (inkontinens)</b>	Annan åtgärd blåsdysfunktion (inkontinens) som inte inryms inom någon av de föreslagna åtgärderna i Senior alert
<b>Personen avböjer samtliga förebyggande åtgärder</b>	Observera att personen avböjer samtliga åtgärder – Blåsdysfunktion för att denna variabel ska anges.
<b>Uppföljning</b>	
<b>Inget eller minskat läckage mot tidigare</b>	Följs upp med mätning av urinläckaget eller att det är uppenbart att läckaget har minskat.
<b>Normaliserat eller förbättrat miktionsmönster</b>	Följs upp med urinmätning.
<b>Normal avföring enligt Bristolskalan</b>	Följs upp enligt Bristolskalan.
<b>Residualurin</b>	Residualurin är den mängd urin som kvarstår efter toalettbesök och är en viktig parameter vid blåsfunktionsutredning. Uteslut residualurin vid upprepade urinvägsinfektioner, täta trängningar och <4 miktionser per dygn. Residualurinmätning genomförs genom att personen tömmer blåsan så mycket han/hon kan. Därefter mäts residualurinen. Mängden residualurin jämförs med den mängd som personen kissade innan mätningen och i relation till anamnes och status. Vid osäkerhet kring mängden residualurin bör konsultation ske med ansvarig läkare.

Underlaget för blåsdysfunktion är framtagen av en arbetsgrupp i nätverket Nikola och Senior alert hösten 2013.