

## **Goda råd till dig som ska utveckla inkontinensverksamheten på Din vårdcentral**

### Inventera och diskutera

Stäm av hur intresset för din verksamhet är bland dina medarbetare på din vårdcentral. Finns det någon läkare som kan stötta dig lite extra när det gäller denna patientgrupp?

Se över vilka förbättringsområde som finns när det gäller inkontinensverksamheten på din vårdcentral. Vilken målsättning ska inkontinensvården ha?

Framför dina idéer till ledningsansvarig på din vårdcentral. Berätta hur du skulle vilja bedriva inkontinensverksamheten.

### Skaffa kunskap

Inom primärvården finns ett etablerat nätverk för inkontinensansvariga sjuksköterskor, så kallade inkontinenssjuksköterskor. För att ingå i nätverket bör du ha gått högskolepoängkurs i inkontinens 5/7,5 p poäng eller likvärdig utbildning. Efter avslutad utbildning kan du erhålla handledning av primärvårdens inkontinenssamordnare. Om du inte ha gått en specialkurs inom ämnet så kan du gå bredvid inkontinenssamordnaren på dennes inkontinensmottagning.

Är det ett tag sedan du gick utbildningen så kan det vara en fördel att uppdatera sig genom att gå bredvid en annan sjuksköterska eller uroterapeut.

### Litteratur och hemsidor för uppdatering

#### Hemsidor

#### Inkontinenssamordnare

[www.nikola.nu](http://www.nikola.nu)

[www.sinoba.se](http://www.sinoba.se)

[www.1177.se](http://www.1177.se)

[www.vardhandboken.se](http://www.vardhandboken.se)

Vårdenhet kirurgicentrum  
Centrallasarettet Växjö  
Strandvägen 8, 352 34 Växjö  
0470-58 88 00

Broschyren kan beställas inläst på cd,  
i punktskrift eller på lättläst svenska.  
Kontakta **kommunikationsavdelningen**  
via växel 0470 58 80 00.

### Litteratur.

Hellström, A-L., Linderhall, B. (2006). *Uroterapi*. Studentlitteratur

Malmberg L., Mattiasson A.. (2005). *I vått och torrt : om de nedre urinvägarnas funktionsstörningar*. Studentlitteratur

Eldh, M., Glad Mattsson, G., Hellström, A-L., Hjälmsås, K., Holmdahl, G., Hägglöf, B., Kruse, S., Lindström, S., Läckgren, G., Sillén, U., Wille, S., (2011). *Sängvätning och annan inkontinens hos barn*. Studentlitteratur

Lars Norlén och Hans Siltberg, (2003). *Hålla tätt: 19 ledande specialister om diagnostik, behandling och psykologi vid inkontinens och överaktiv blåsa*. Pfizer

SBUrapport nr 143 (2000) *Behandling av urininkontinens*

SBUrapport (2013) *Behandling av urininkontinens hos äldre och sköra äldre*

### Arrangera praktiskt

Se Över

- Vilket rum kan du ha din verksamhet i?
- Kan du sitta ostört under patientbesöket?
- Behövs en ”röd lampa” eller en ”stör ej” skylt på dörren?
- Vilka skåp eller hyllor behöver du för ditt arbetsmaterial?

Att beställa

- Beställ prover på lätt- och medelinko-produkter från samtliga företag vi har upphandlade
- Arrangera dem lättöverskådligt på en hylla eller en anslagstavla
- Beställ demonstrationsexemplar av fixeringsbyxor, flergångsbyxor, urinuppsamlingskärl, uridom, träningskulor ex Vagitrim mm

- En förpackning av vagitorier, vaginalkräm och vaginaltabletter av lågdos östrogen.
- Vågar till att låna ut vid läckagemätning.

### Marknadsföra och samverka

Initialt kan flödet av patienter vara trögt eftersom den verksamheten är okänd. Gör den känd genom att visa en ”inkontinensvänlig” attityd. Informera om verksamheten ex i väntrummet och på toaletter. Affisch? Prata med din chef om vad som är lämpligt att sätta upp på mottagningens väggar.

Marknadsföring kan ske internt i medarbetargruppen. Berätta på ett personalmöte vad du gör på inkontinensmottagningen. Gör det tydligt vilka patienter du kan hjälpa. Hur ska de komma till dig? Boka i tidbok? Internremiss? Väntelista?

Samverka runt riskgrupper såsom BVC och astma/KOL sjuksköterskor.

Ann-Sofi Karlsson inkontinenssamordnare 2014-03-27

