

## UROTERAPI

Termen uroterapi är sammansatt av "uro" - som kommer från urologi och betyder läran om sjukdomar i urinorganen – och av "terapi" - som betyder behandling av sjukdom eller skada. En uroterapeut utför alltså uroterapi.

Uroterapins viktigaste mål är att utifrån patientens egna resurser och de krav som det dagliga livet ställer, arbeta för en adekvat blås- och tarmfunktion som innefattar en god blås- och tarmtömning och kontinens utan störande trängningar.

### Mål

- Kontinens
- Normaliserad eller förbättrad blås- och tarmfunktion
- Individuellt anpassade hjälpmedel
- Ökad livskvalitet

## UroTerapeutisk Förening - UTF

UTF är en nordisk förening som bildades 1987. Föreningen bedriver fortbildning samt främjar forskning och utveckling inom uroterapi.

Utbildning till uroterapeut (40 hp) startade vid Göteborgs Universitet, Sverige och finns även vid Högskolan i Bergen, Norge samt vid Klinikum Links der Weser i Bremen, Tyskland.



Uroterapeut - en viktig resurs i vården



## UROTERAPEUT



Uroterapeut - en viktig resurs i vården



*Broschyren är reviderad av styrelsen och utbildningsutskottet i UTF 2017*

[www.utfnordic.org](http://www.utfnordic.org)

## UROTERAPEUT - En viktig resurs i vården

### Uroterapeuten ...

- har grundutbildning och legitimation som sjuksköterska/barnmorska, sjukgymnast/fysioterapeut eller läkare
- utreder och behandlar blås- och tarmdysfunktion, det vill säga problem med läckage, trängningar och/eller tömning, oavsett ålder och kön
- arbetar självständigt och i samarbete med andra specialister
- skapar förståelse för sammanhang mellan orsak och symptom och kartlägger blås-, tarm- och sexualfunktion, tillika patientens egen förmåga och önskemål
- motiverar till och instruerar i egenvård som t.ex. självkateterisering och olika träningsprogram (uroterapeutisk behandling)
- har professionella kunskaper när det gäller utprovning, förskrivning och utvärdering av hjälpmedel inom området för blås- och tarmfunktion
- undervisar och utbildar om blåsans och tarmens funktion och dysfunktion, men även forskning och utveckling ingår ofta i arbetet
- finns på de flesta större sjukhus, men kan också finnas inom primärvård, gerontologi, rehabiliteringskliniker samt privata mottagningar

## Exempel på BLÅS- TARM- och BÄCKENBOTTENDYSFUNKTION

**Analinkontinens:** Svårighet att viljemässigt kontrollera gas och/eller avföring

**Ansträngningsinkontinens:** Urinläckage vid t ex hosta, lyft, hopp eller löpning

**Avföringsinkontinens:** Oförmåga att hålla tillbaka tarmtömning helt eller delvis

**Blandinkontinens:** Urinläckage som orsakas av både ansträngning och trängning

**Blåstömningssvårighet:** Obehag/smärta eller känsla av ofullständig tömning

**Enures:** Blåstömning under sömn

**Funktionell blåsstörning:** Störd kontroll av urinblåsfunktion, vanligast hos barn och vid demens

**Förstoppning/Obstipation:** Hård avföring med glesa tömningar.

**Neurogen blåsstörning:** Svårighet att tömma urinblåsan och/eller urinläckage p.g.a. nervskada

**Smärttillstånd:** Smärta i urinblåsa, ändtarm eller bäckenbotten.

**Tarmtömningssvårighet:** Obehag/smärta eller känsla av ofullständig tarmtömning

**Urinretention:** Oförmåga att tömma urinblåsan, helt eller delvis

**Överaktiv urinblåsa:** Täta brådskande trängningar med eller utan urinläckage

**Överrinningsinkontinens:** Urinläckage vid uttalade svårigheter att tömma blåsan helt eller delvis, d.v.s blåsan tömmer sig spontant utan förvarning

## Exempel på BEHANDLINGAR

**Akupunktur:** Behandling främst vid överaktiv urinblåsa och/eller smärta

**Blåsinstillationer:** Införande/instillation av preparat i urinblåsan vid inflammatoriska och smärtsamma tillstånd

**Blåsträning och blåsregim:** Förbättra blåskontroll och normalisera urinblåsans kapacitet.

**Bäckenbottenmuskelträning:** Förstärka och förbättra kontroll av muskulatur och nerver i bäckenbotten

**Elektrostimulering/Tibialisstimulering:** Stimulering av nervimpulser till urinblåsa, tarm och bäckenbottenmuskulatur för att uppnå förbättrad kontroll och funktion

**Enureslarm:** Hjälpmedel vid behandling av sängvätning för barn och ungdomar

**Hjälpmedel:** Utprovning och utvärdering av inkontinensskydd, katetrar, erektionshjälpmedel, vaginala stöd och andra förbrukningsartiklar

**Rådgivning och undervisning:** Genomgång av anatomi, fysiologi och kroppskännedom, kost och vätskeintag, toalettvänor, hygien och hudvård, ergonomi och fysisk aktivitet

**Självkateterisering, Ren Intermittent Kateterisering RIK:** En metod att tömma urinblåsan när det inte fungerar på vanligt sätt

**Tarmregim:** Reglering av konsistens och frekvens med kost, vätskeintag, fysisk aktivitet, läkemedel, lavemangsteknik och rutiner

**Toalettträning/assistans:** Anpassning av toalettvänor, tömningsteknik och rutiner

**Återkopplingsträning/Biofeedback:** Träning av medvetandet om urinblåsans eller tarmens signaler för att bättre kunna påverka dessa, exempelvis kan särskild biofeedbackapparat med visuell eller audiell återkoppling användas