

nikola.nu

Nikolas nya webbplats

21-22 oktober 2016

Agneta Sandberg



Nikola

- Nätverk bildat 2000
 - Sveriges kommuner och landsting
 - Hjälpmedelsinstitutet höll ihop nätverket
- Webbplats www.nikola.nu
 - Allmänna Arvsfonden
 - Resurser från vården
 - Regeringen – Socialstyrelsen
 - Swedish Medtech
- Föreningen Nikola nätverk 2014
 - Landstingsfinansiering



Nikolas mål

- Förankra och implementera gemensamma rekommendationer
- Driva på utvecklingen inom blås- och tarmdysfunktion
- Höja status och kvalitet ur ett samhällsekonomiskt perspektiv
- Sprida information inom området



nikola.nu

Verksamheter

- Årlig konferens
- Projekt
- Nikola.nu



nikola.nu

Årlig konferens

- Nätverkande
- Föreläsningar
- Arbetsgrupper
- Medlemmar
- Brukarorganisationer
- Branch
organisationen
Swedish Medtech



Projekt 2015

- Kunskapsunderlag – indikatorer för blåsdysfunktion
 - Socialstyrelsen
- Bättre vård vid kroniska sjukdomar
 - Regering/SoS
 - 625 000 kr
 - Klart årsskiftet
 - Utveckla webben - Blåsdysfunktion som helhetsbegrepp



Projekt 2016

- Lansering av nya webben - Feb 2016
- Bättre vård vid kroniska sjukdomar
 - Regering/SoS
 - 600 000 kr
 - Klart årsskiftet
 - Web baserad utbildning - Blåstömningsproblem som behandlas med urinkateter



Samarbetspartners

- Socialstyrelsen
- Svensk sjuksköterskeförening
- Senior alert
- Sinoba
- RTP (Personskadeförbundet)
- Swedish Medtec



Föreningen Nikola nätverk - arbetsgrupp

- Agneta Sandberg, Uro- och tarmterapeut, leg ssk. Barn och Ungdomskliniken, Blekingesjukhuset
- Anders Engelholm, Medicinskt Ansvarig Sjuksköterska, Sundsvall
- Gunnel Andersson, Med. Dr, Uroterapeut, leg ssk, Institutionen för hälsovetenskaper, Örebro Universitet
- Håkan Leander, Webbansvarig
- Märta Lauritzen, Uroterapeut, leg ssk, Urologiska kliniken, Karolinska Universitetssjukhuset



[Kvalitetsprogram](#)[Hjälpmedel](#)[Utbildning](#)[Patient & Anhörig](#)[Om nätverket Nikola](#)

Nätverk blås- och tarmdysfunktion



Nyheter

- Uppdaterad webbplats
 - Nikola nyhetsbrev
 - Konferens 2016
 - Linda vill få fler att tala om inkontinens
- » Fler nyheter

Kvalitetsprogram – ett redskap för god vård

Nätverket Nikola har tagit fram ett kvalitetsprogram som vänder sig till verksamheter inom kommun, landsting och privata vårdgivare som möter personer med blås- och tarmdysfunktion.

Kvalitetsprogram – process


Utreda

Bedöma

Behandla

Utvärdera

INSTRUKTIONER

Basal utredning ska erbjudas alla med blåsdysfunktion oavsett ålder eller kön. Utgå från patientens problem, behov och resurser.













Handlingsplan

- Utgå från **Basal utredning**.
- Planera med **Checklistan**.
- Använd verktyget **Anamnes blåsa**.
- Ta hjälp av **Anamnesstödet**.

Anamnesstöd

Anamnesstödet hjälper dig förstå varför du ställer frågorna i anamnesformuläret. I anamnesstödet hittar du även länkar till fördjupningar i olika ämnen.

VERKTYG

-  **Basal utredning vid blåsdysfunktion**
-  **Checklista utredning och behandling**
-  **Anamnes blåsa**
-  **Avföringslista**
-  **Avföringslista assisterad**
-  **Bedömning av knipförmåga** ▶
-  **Dryckesmätning**
-  **Dryckesmätning - assisterad**
-  **Läckage- och urinmätning**
-  **Läckagemätning assisterad** ▶
-  **Läckage- urin- dryckesmätning**
-  **Minneslapp**
-  **Provokationstest**
-  **Symtombedömning vid prostatabelvär (I-PSS)**

Översikt verktyg

Översikt filmer

FÖRDJUPNINGAR

- Aktivitetsbedömning - ADL
- Ansträngningsinkontinens
- Ansträngningsinkontinens bakgrund
- Blandinkontinens
- Blåstömning frekvens
- Blåstömningssvårigheter bakgrund
- Bristolskala
- Eftertömningssymptom
- Hematuri
- Hälsa och livskvalitet
- Könsstympning
- Läkemedelsgenomgång
- Nedre urinvägarnas fysiologi
- Nyktari

Anamnes blåsa

Namn

Personnummer

Datum

Allmän anamnes

1. Har du eller har du haft någon av följande sjukdomar?

Diabetes Hjärtsjukdom Lungsjukdom Stroke Neurologisk sjukdom (ex. MS, Parkinson, Diskbräck)

Andra sjukdomar? _____

2. Har du genomgått någon operation i bäckenområdet? (ex tarm-, höft-, prostata- eller gynekologisk operation)

3. Tar du läkemedel?

Ja Nej

Vilka? _____

4. Har du haft flera urinvägsinfektioner de senaste två åren?

ANAMNESSTÖD – VUXEN BLÅSA

ANAMNES BLÅSA

undersökningen några problem?

16. Hur ofta tömmer du urinblåsan?
17. Har du trängningar – plötsligt påkommet?
18. Har du urinläckage? Vilka tillfällen? Har du urinläckage? Hur mycket?
19. Har du besvär att tömma blåsan?
20. Har du sett blod i urinen?
21. När började blåsbesvären?
22. Har du sökt vård tidigare för urinvägsbesvär?
23. Hur ofta tömmer du tarmen?_
24. Har du besvär med tarmens funktion?
25. När började tarmbesvären?
26. Har du sökt vård för tarmbesvär?
27. Påverkar dina urinbesvär ditt liv?
28. Använder du hjälpmedel för urinläckage, tamläckage eller tömning av blåsa?

Bakgrund

Varför fråga 21

Nyttillkomna symtom, särskilt trängningsbesvär, innebär risk för malignitet.

Fördjupning (Trängningar)

Fördjupning (Trängningsinkontinens)

Kontakt med specialist kan behövas

du ställer frågor i anamnesformuläret. I anamnesstödet hittar du även länkar till fördjupningar i olika ämnen.

- Minneslapp
- Provokationstest
- Symtombedömning vid prostatabesvär (I-PSS)
- Tidsmiktion
- Urin dryckesmätning
- Urinmätning dag och natt
- Urinmätning dygnsurin
- Urinprovtagning
- Urinprovtagning assisterad

- Blåsa och insvikt
- Könsstympning
- Läkemedelsgenomgång
- Nedre urinvägarnas fysiologi
- Neurogen blåsruddning
- Residualurin
- Symtombedömning vid prostatabesvär I-PSS
- Tarmfunktion normal
- Tidsmiktion
- Toalettassistens
- Undersökningar på specialistklinik
- Urinretention blåstömningssvårigheter
- Urinvägarnas anatomi och fysiologi vuxna
- Återkoppling till patient - teachback
- Överaktiv blåsa

utredas av läkare.

Referens

Abrams P, Cardozo L, Khoury S, Wein A, editors. Incontinence: 5th International Consultation on Incontinence [internet]. Plymouth; 2013. Hämtad från www.icud.info/PDFs/INCONTINENCE%202013.pdf
Damberg J-E, Peeker R. Urologi. Lund: Studentlitteratur; 2012.



Trängningsinkontinens – Trängningar, behandling

Om orsak till urinträngningar inte går att åtgärda är behandlingen symtomatisk. Samma metoder används vid trängningsinkontinens som vid trängningssyndrom utan läckage.

Blåsträning

Blåsträning är en behandling vid urinträngningar med eller utan läckage. Behandlingen kräver att patienten är motiverad och att hen själv kan ansvara för träningen samt för de mätningar och registreringar av urinmängderna som krävs. Målet med behandlingen är att öka kontrollen över tömningsbehovet, minska tömningsfrekvensen samt öka blåsvolymen. Behandlingen bygger på att öka förståelsen för urinvägarnas funktion. Ett program för blåsträning bör innehålla:

- Undervisning och information om urinvägarnas anatomi, fysiologi och patofysiologi
- Schemalagda toalettbesök med successiva förlängningar av intervallerna
- Regelbunden coaching besök, stöd, uppmuntran och instruktioner är viktigt
- Uppföljning

Innan blåsträning kan påbörjas måste residualurin mätas för att utesluta att blåstömningssproblem är orsak till urinträngningarna. Blåsträning bör kompletteras med bäckenbottenträning för optimalt resultat. Urinmättningslistan som tagits fram under den basala utredningen är ett bra underlag vid denna träning och fungerar som utvärderingsinstrument.

Referens

Statens beredning för medicinsk och social utvärdering. Behandling av urininkontinens, en systematisk litteraturoversikt [internet]. Stockholm; 2000. (SBU-rapport 143). Hämtad från: www.sbu.se

Läkemedelsbehandling

Antikolinergika. Läkemedel med antikolinerg effekt kan minska urinträngningar och läckage genom att hämma urinblåsans muskarina/kolinerga receptorer som utlöser sammandragningar i blåsmuskeln. Antikolinergika ger möjlighet till så väl minskad tömningsfrekvens som ökad blåskapacitet. Läkemedel med antikolinerg effekt påverkar dock andra organ i kroppen med bieffekter såsom, muntorrhet, förstoppning, minskad ackommodationsförmåga,

Kvalitetsprogram – process



Utredda



Bedöma



Behandla



Utvärdera

INSTRUKTIONER

Här finns instruktioner, filmer och blanketter som stöd i valet av behandling. Behandling väljs utifrån diagnos. Här hittar du verktyg, fördjupningar och filmer som stöd i valet av behandling. Uppföljning görs för att få reda på om behandling är genomförd enligt planering.

Anamnesstöd

Uppföljning görs för att få reda på om behandling är genomförd enligt planering.

VERKTYG

- [Bedömning av knipförmåga](#) ▶
- [Blåsträning](#)
- [Bäckenbottenträning kvinnor](#) ▶
- [Bäckenbottenträning män](#)
- [Cirkulationsövning](#)
- [Kvarliggande kateter i urinblåsan](#) ▶
- [Meddelande vid behandling med KAD](#)
- [Minneslapp](#)
- [RIK – Ren Intermittent Kateterisering, Kvinna](#)
- [RIK – Ren Intermittent Kateterisering, Man](#) ▶
- [Rådgivning](#)
- [Suprapubisk kateter](#) ▶
- [Toalettassistensschema](#)
- [Vårdkort vid blåsdysfunktion](#)

Översikt verktyg **Översikt filmer**

FÖRDJUPNINGAR

Aktivitetsträning
 Anpassning av vistelsemiljö
 Ansträngningsinkontinens bakgrund
 Ansträngningsinkontinens behandling
 Blandinkontinens behandling
 Blåstömningssvårigheter behandling
 Bristolskala
 Eftertömningssymptom behandling
 Hematuri
 Hälsa och livskvalitet
 Inkontinenshjälpmedel
 Intermittent kateterisering
 Kvarliggande kateter i urinblåsan
 Nedre urinvägarnas fysiologi
 Neurogen blåsrubbning behandling
 Suprapubisk urinkateter
 Tarmfunktion normal
 Toalettassistens
 Trängningsinkontinens – Trängningar, behandling

Information om
blåsfunktionsstörning - 22 språk

Bäckenbottenträning - 22 språk

Material för barn

Föreningar

Bäckenbottenträning - hur gör man?

Bäckenbottenmuskelträning



Att träna musklerna i bäckenbotten är en biverkningsfri och effektiv behandling. Studier visar att två tredjedelar av de kvinnor som söker hjälp för ansträngningsinkontinens blir helt bra eller förbättrade efter att ha tränat sin bäckenbottenmuskulatur. Det är patienten själv som ansvarar för att behandlingen genomförs och det kan ta tre till sex månader innan fullt resultat uppnås. Även män kan träna sin bäckenbotten vilket kan vara aktuellt efter till exempel en prostataoperation.

Vi har tagit fram information om bäckenbottenträning både för kvinnor och män. Bäckenbottenträning för kvinnor finns dessutom översatt till 22 språk.

Albanska (Shqip)



Ladda ner

OBS! Dokumenten är i formatet PDF.

Information om
blåsfunktionsstörning - 22 språk

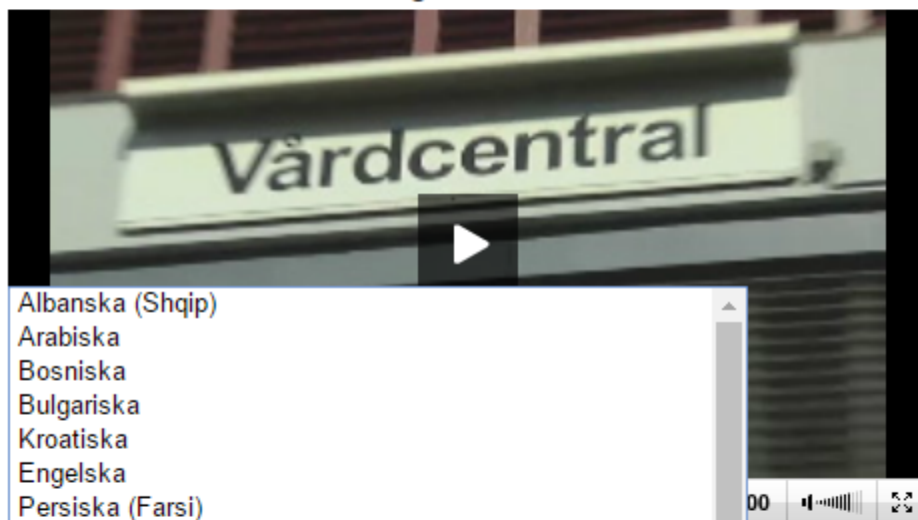
Bäckenbottenträning - 22 språk

Material för barn

Föreningar

Bäckenbottenträning - hur gör man?

Bäckenbottenmuskelträning



Albanska (Shqip)

Arabiska

Bosniska

Bulgariska

Kroatiska

Engelska

Persiska (Farsi)

Finska

Franska

Grekiska

Meänkieli

Nordsamiska

Polska

Ryska

Serbiska

Slovenska

Somaliska

Spanska

Svenska

Thailändska

Serbiska



iv behandling.

tränat sin

att

fullt resultat

uellt efter till

innor och män.

vråk.

Ladda ner

Nytt på webbplatsen

Nikola arbetsgrupp

Samarbetspartners

Årlig konferens

Nätverket Nikola

Vad är Nikola?

NIKOLA är ett nationellt nätverk som driver på utvecklingen inom blåsdysfunktionsområdet. På nikola.nu har vi samlat bra och relevant information. Målsättningen är att webbsidan ska fungera som en lättillgänglig resurs för dig som är förskrivare.

Anmäl dig till Nikolas nyhetsbrev för att få aktuell information.

Vem är med?

NIKOLAs medlemmar har en central roll inom inkontinensverksamheten i kommuner, landsting och privata vårdgivare. Några av nätverkets uppgifter är att förankra och implementera gemensamma rekommendationer, driva på utvecklingen inom blåsfunktionsområdet, höja status och kvalitet ur ett samhällsekonomiskt perspektiv samt att sprida information.

Vem står bakom Nikola?

NIKOLA bildades av Sveriges Kommuner och Landsting tillsammans med Hjälpmedelsinstitutet år 2000. Uppbyggnaden av webbplatsen har skett med hjälp av projektgrupper bestående av medlemmar i nätverket. Förutom resurser från sjukvården har Allmänna arvsfonden och regeringen bidragit med finansiering. Den senaste utvecklingen har skett inom ramen för "Bättre vård vid kroniska sjukdomar" där vi samarbetat med Svensk Sjuksköterskeförening.

NIKOLA arbetsgrupp administrerar webbplatsen, arrangerar konferensen samt håller ihop nätverket. Du når oss på kontakt@nikola.nu

nikola.nu



Tack för mig!