

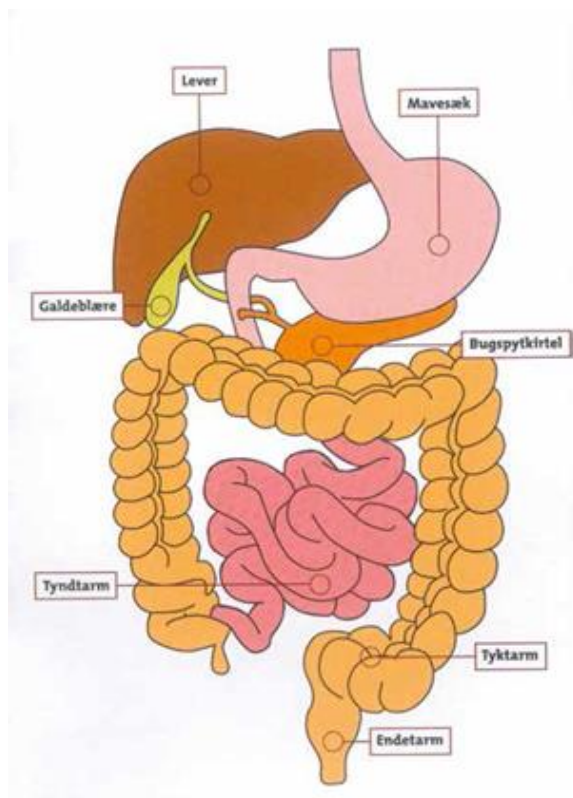
## Sådan skyller du tarmen (transanal irrigation)

Tarmskylning er en måde at tømme endetarmen og en del af tyktarmen på ved hjælp af vand.

Tarmskylning kaldes også for transanal irrigation.

Behandlingen anvendes først efter undersøgelse på en specialafdeling, hvor andre behandlingsmuligheder er forsøgt, og den bør kun påbegyndes i samarbejde med en læge eller sygeplejerske.

Tarmskylningen foregår, mens du sidder på toilettet. Tømningen skal hjælpe dig med at opnå bedre kontrol.



Tarmsystemet

### SÅDAN GØR DU

Find et tidspunkt på dagen, hvor du kan råde over toilettet. For at opnå et godt resultat er det vigtigt, at du har god tid og ro omkring dig.

Du kan med fordel foretage skylningen om morgenen eller cirka ½ time efter et større måltid, hvor tarmen er særligt aktiv.

### Sådan skyller du

- Placér vandposen minimum 1,75 meter over gulvhøjde, så du kan se den fra toilettet.
- Fyld vandposen med 1 liter vand, der er 37-38 grader varmt. Vandets temperatur kan aflæses på vandposen. Hvis vandet er for koldt, kan det give mavekrampe. Hvis vandet er for varmt, kan det give forbrænding af tarmslimhinden.
- Åbn for vandtilførslen og skyl igennem, til vandet løber gennem tragten. Luk for vandtilførslen.
- Læg gel på spidsen af tragten.
- Sæt dig på toilettet. Placér forsigtigt tragten i endetarmsåbningen.
- Åbn for vandtilførslen, og lad vandet løbe ind i tarmen over 2-3 minutter. Ofte er det tilstrækkeligt, at der løber ½ liter vand ind. Der må højst løbe 1 liter vand ind. Hvis du føler ubehag, får koliksmarter eller trykken i maven, kan du skruer ned for indløbshastigheden. Hvis der løber vand ved siden af tragten, flyttes tragten, så retningen på vandtilførslen ændres.
- Fjern tragten, når vandet er løbet ind. Du kan forvente, at tarmen begynder at tømme sig straks eller indenfor kort tid. Forsøg at presse med som ved et normalt toiletbesøg. Du kan optimere tømningen af tarmen ved at lave bevægelser, der involverer mavemuskulaturen, når du har en fornemmelse af, at vandet er tømt ud.
- Tøm vandpose og slanger for vand. Tør vandposen af.
- Rengør tragten med sæbe og vand.

Vi anbefaler, at du skyller dagligt de første 5 dage. For nogle er det tilstrækkeligt at skylle hver 2. dag. Du har aftalt med sygeplejersken, hvor ofte du skal skylle.

## SÅDAN FÅR DU NYT UDSTYR

Forvent at bruge cirka 4 skyll sæt per år. Skyll sæt bestilles ved henvendelse til Stomiklinikken. Du skal bruge:

- Coloplast irrigationssæt 1501, slange og mellemrør
- Coloplast vandbeholder 1511, MBH Qufora Anal konus 52601, slange og mellemrør.



Eksempel på skyll sæt, der anvendes ved skylning af tarmen.

## VÆR OPMÆRKSOM PÅ

### Kontakt en læge ved vedholdende smerter

Du kan have lette, forbigående mavesmerter i forbindelse med skylning. Opstår der pludselige og vedholdende smerter, høj feber eller blødning fra endetarmen i forbindelse med eller efter skylningen, skal du kontakte din egen læge eller Lægevagten.

### Medbring en transportabel krog i forbindelse med rejser

Hvis du rejser i lande, hvor du ikke kan drikke vandet, skal du skylle med vand uden kulsyre. Medbring en transportabel krog til vandposen.

## OPFØLGNING

Der vil være telefonisk opfølgning 1 uge, 1 måned og 3 måneder efter opstart.

## KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



### Kontakt

**Stomiklinikken**  
**Mave- og Tarmkirurgisk Ambulatorium**  
Tlf. 97 66 11 03

Vi træffes bedst:  
Mandag, onsdag, torsdag og fredag  
7.45 – 8.30 og alle hverdage 13.30 –  
14.30