


TARMDAGBOK

En tarmdagbok är ett sätt att dokumentera dina toalettvanor under en vecka (eller längre). Du kan dela informationen med din vårdkontakt för att få hjälp med en utvärdering av dina tarmproblem.


Hur länge har du haft tarmproblem? (veckor / månader/ år) _____


	DAG 1	DAG 2	DAG 3	DAG 4	DAG 5	DAG 6	DAG 7
Hur många gånger tömde du tarmen på toaletten?							
Använde du suppositorier eller lavemang?	sup/ lavem./ nej	sup/ lavem./ nej	sup/ lavem./ nej	sup/ lavem./ nej	sup/ lavem./ nej	sup/ lavem./ nej	sup/ lavem./ nej
Behövde du hjälpa till på något sätt, med ditt finger, tryck, toalettposition?	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej
Behövde du krysta/trycka hårt för att tömma tarmen?	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej
Kände du att du tömde tarmen helt tom?	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej
Har du fått avföring/fläckar i underkläder, byxor eller inkontinensskydd idag?	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej
Använda inkontinensskydd - Antal:							
Begränsar dina tarmproblem dig i vardagen? (ex: gå hemifrån, shoppa, etc)	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej	ja / nej
Hur var konsistensen på din avföring idag? (skriv in numret från Bristolskalan nedan)							

BRISTOLSKALAN


Typ 1  Separate hårda klumpar, som nötter, svåra att få ut


Typ 2  Korfformad med klumpar

Typ 3  Liknar en korb med sprickor på utsidan

Typ 4  Liknar en korb, smidig och mjuk.

Typ 5  Mjika klumpar med skarpa kanter (lätta att få ut)

Typ 6  Fluffiga bitar med mjuka kanter, svampig konsistens

Typ 7  Vattnig utan klumpar. Enbart vätska.

NAVINA TARMSKÖTSEL

Ett komplett sortiment av produkter för tarmskötsel



Navina Irrigeringsystem, det enda irrigeringssystemet med elektronisk eller manuell kontrollenhet, för kronisk förstoppning och/eller avföringsläckage.



Navina Insert, utvecklad för att förhindra avföringsläckage.



Navina Mini, vid ofullständig tömning och/eller soiling.

På Wellspect utvecklar vi innovativa lösningar för kontinensvård som förbättrar livskvaliteten för människor med blås- och tarmdysfunktion. Vi inspirerar våra användare till bättre självförtroende och självständighet samt till en god hälsa och välbefinnande. Vi har varit ledande inom industrin i mer än 40 år med våra varumärken LoFric[®] och Navina[™]. Vårt mål är att våra produkter skall ha så liten miljöpåverkan som möjligt och strävar passionerat efter att bli klimatneutrala. Vi arbetar tätt tillsammans med användare och vårdpersonal för att förbättra och utveckla våra produkter och tjänster på ett hållbart sätt, idag och för framtiden.

Wellspect. A Real Difference.

För mer information om våra produkter och tjänster, besök [Wellspect.se](https://www.wellspect.se).

Följ oss också på LinkedIn, Twitter, Facebook och Instagram.

[wellspect.se](https://www.wellspect.se)

Wellspect HealthCare, Aminogatan 1, Box 14, 431 21 Mölndal. Tel: 031 376 40 00. www.wellspect.se