

**VIGTIGT – læs denne trin-for-trin vejledning samt den i UROX-pakningen vedlagte brugervejledning nøje igennem før brug af UROX-systemet. Instruktionsvideoen kan med fordel også ses før brug** (se den på [carepartner.dk](http://carepartner.dk)).

## UROX-systemet består af:

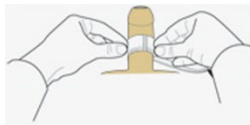
**a) 1 stk. UROX Kop** – en fleksibel kop, der sidder omkring penis (med en blød membran) til sikker opsamling af urin.

For at finde den rigtige størrelse, skal man måle omkredsen af penis med et målebånd. Omkredsen måles med penis i slap tilstand, cirka midt på:



### Omkreds/størrelse:

- 7 - 9 cm svarer til str. S
- 8,5 - 10 cm svarer til str. M
- 9,5 - 11 cm svarer til str. L
- 10,5 - 13 cm svarer til str. XL



Membranen er fleksibel, så målet behøver ikke passe nøjagtigt. Vær dog opmærksom på, at hvis membranen er for stor, er der øget risiko for urinlækage. Omvendt hvis den er for lille, bliver Koppen sværere at få på, og den kan være generende.

**b) 1 stk. UROX Gamache m/pose** (en integreret urinopsamlingspose, 600 ml). Stoffet er elastisk og vil tilpasse sig læggen, men det er vigtigt at finde den rigtige størrelse. Er gamachen for lille, vil den stramme og være ubehagelig at have på over længere tid. Er den for stor, vil den ikke sidde på plads, som den skal.

Mål omkredsen af læggen på det tykkeste sted:

### Omkreds/størrelse:

- 29 - 33 cm svarer til str. S (25)
- 33 - 38 cm svarer til str. M (30)
- 37 - 42 cm svarer til str. L (35)
- 41 - 46 cm svarer til str. XL (40)



**c) 1 stk. UROX Fixeringsbukser** – boxershorts m/specialgylp, som holder UROX Kop på plads. De følger normale herrestørrelser – skal sidde tæt uden at stramme.

Tag hoftemålet (over ballerne, under maven):

### Hoffemål/størrelse:

- 86 - 94 cm svarer til str. S
- 92 - 100 cm svarer til str. M
- 98 - 106 cm svarer til str. L
- 104 - 112 cm svarer til str. XL



## Før brug af UROX-systemet:

### Tilpasning af urinslangens længde og ibrugtagning af UROX-systemet:

UROX Koppen leveres med en 50 cm lang slange.

For at få mest muligt ud af dit UROX Urinopsamlingsystem bør du sikre dig, at slangen tilpasses den helt korrekte længde for dig. Hvis slangen er alt for lang, er der risiko for, at slangen får et knæk, som kan blokere for urinflowet fra koppen til gamachen. Er slangen for kort vil den strække sig, når du går, og derved risikerer du, at slangen hopper af studsens.

### Sådan gør du:

Tag UROX Fixeringsbukserne (c) og UROX Koppen (a) på, og før slangen igennem gylpen.

Tag UROX Gamache m/pose (b) på venstre ben. Slangen skal klippes lige over med en saks. Før slangen ned til studsens øverst på gamachen, og klip slangen af et par cm nedenfor studsens. Den skal være "lidt" for lang, for at undgå, at slangen hopper af studsens. Sæt den tilpassede slange fast på studsens – **sørg for at slangen presses helt i bund (fugt hullet i slangen lidt, hvis du har svært ved at få den presset helt i bund).**

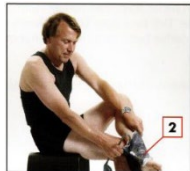
Sikr dig, at udløbsventilen nederst på gamachen er lukket fra start. Fold slangen op, og klik hanen fast i låsen.

Hanen på slangen passer kun ind i låsekrogen, hvis den er ordentlig lukket. Sørg for, at udløbsventilen er lukket, og at slangen er korrekt fastlåst på gamachen hver gang du har tømt urinposen.

Når slangen er tilpasset, og fastgjort til UROX Gamachen, så er systemet klar til at blive brugt.

### Brug af UROX-systemet:

Følg nedenstående trin-for-trin vejledning, som gør det nemt at komme i gang.



1. Tag UROX Fixeringsbukserne på, og UROX Koppen føres ind gennem gylpen på fixeringsbukserne. Penis skal forsigtigt føres ind i UROX Koppen, som har en blød og elastisk membran der sørger for at holde koppen fast på penis. Membranen sikrer, at koppen slutter tæt, så du ikke drypper. UROX Koppen er let at tage både på og af. Der er ingen klæbe- eller fastspænderingsanordninger. Sørg for, at den sidder komfortabelt.
2. Tag UROX Gamache m/pose på læggen af dit venstre ben. Stoffet skal vende bagud, så hanen placeres på indersiden af benet, lige over anklen.
3. Før den tilpassede slange ned til studsens øverst på gamachen, og sæt slangen fast på studsens. Slangen skal presses helt i bund (fugt evt. røret, så glider den let på).

### Tømmning af UROX Gamachens urinpose



4. Det er mest bekvemt at tømme urinposen, mens gamachen sidder på benet. Sæt foden på kanten af toilettet. Klik udløbshanen ud af låsen, og vend den ned mod toilettet.. Åbn udløbshanen og tøm urinposen. Pres eventuel luft ud af posen ved at presse lidt på gamachen med din hånd. Luk da for hanen igen, og tør spidsen af med lidt toiletpapir. Fold udløbshanen ind igen, og fastgør den i låsen.

### Sådan tages UROX-system af igen

UROX kan tages af uden, at bukserne behøver at tages af.

5. Tøm **altid** urinposen, inden UROX-systemet tages af.
6. Når posen er tom, frigør da penis fra membranen. Tør eventuelle urindråber af med et stykke papir.
7. Tag UROX Koppen ud gennem gylpen på UROX Fixeringsbukserne.
8. Tag UROX Gamachen af, og træk UROX Kop med slange ud gennem buksebenet. **Tag skoen af inden, så det undgås, at gamachen rives i stykker.**

## Efter brug af UROX-systemet

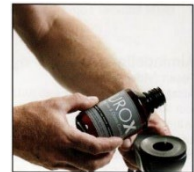
### Rengøring

Efter brug skal der bruges et par minutter på at rense systemet, før det lægges væk til næste gang.

Rengøring forhindrer udvikling af bakterier og dårlig lugt.

Selvom rengøring kan udføres til enhver tid, anbefales det, at det bliver en vane at gøre det umiddelbart efter, at UROX-systemet tages af.

1. Fyld en smule varmt vand i koppen og lad det flyde ned i urinposen, indtil posen er næsten fuld.
2. Åbn udløbshanen på UROX Gamache m/pose og tøm vandet i toilettet. Luk udløbshanen igen.
3. Kom ca. 10 ml UROX Skyllemiddel (følger med UROX Startpakken. Kan også købes separat) i UROX Koppen og ryst rundt, så skyllemidlet fordeles overalt i koppen, inden det flyder ned i urinposen.
4. Fyld varmt vand i koppen og lad det løbe ned i urinposen.
5. Ryst gamache m/pose og tøm urinposen i toilettet.
6. Luk for udløbshanen, og sæt den tilbage i låsen på gamachen.
7. Aftør evt. urinsystemet udvendigt med en klud, der er fugtet med UROX Skyllemiddel, og tør efter med tør klud. Sørg for, at hele UROX-systemet er blevet tørret af efter endt rengøring. Brug IKKE en tørretumbler eller føntørrer.
8. UROX Fixeringsbukser kan vaskes ved 60° og må tørretumbles ved svag varme. Fixeringsbukserne er lavet af 95% bomuld/5% elasthan.



### Det at bruge UROX-systemet i dagligdagen

UROX-systemet kan bruges overalt, uanset om du motionerer, sejler, spiller golf, cykler, går i teatret, kører bil eller bare går rundt derhjemme.

Øv dig nogle gange derhjemme i at bruge UROX-systemet, så du har lært det at kende, inden du første gang skal bruge det blandt fremmende.

I begyndelsen kan det være svært at få gang i vandladningen, når man sidder ned, og der er andre mennesker tilstedet. Prøv eventuelt at gå lidt afsides. Er du nervøs for, at nogle skal høre noget, så rumster lidt med noget papir eller andet.

Tøm UROX Gamachens urinpose undervejs, når du har mulighed for det. Det kan være ret anstrengende at have ca. ½ kg ekstra hængende på det ene ben. Det er let at tømme posen, når man er udendørs. Hvis der ikke er en mulighed for at træde afsides, så kan man jo altid lade som om, at man binder snørebånd, imens urinposen tømmes. Vand kan ikke løbe opad – det kan urin heller ikke. Vær opmærksom på dette, hvis du sidder i en lav stol, på hug, eller i bilen. Uheld er sjældne. Den hyppigste årsag er knæk på slangen. Hvis du sidder i en blød, lav stol under vandladningen, er det derfor bedst at strække benet med UROX Gamachen, så eventuelle knæk på slangen rettes ud. Hører du til dem, der har en kraftig vandladning, så anbefales det, at du står op imens - for en sikkerheds skyld!

#### Vis hensyn:

Mange kan ikke lide, at:

- Du gør UROX-systemet rent i håndvasken, eller drypper på gulvet
- UROX-systemet ligger fremme, så andre kan se det

## Opbevaring og bortskaffelse

Opbevar UROX-systemet på et ventileret sted. Brug om muligt UROX Toilettasken (følger med UROX Startpakken. Kan også købes separat). Læg IKKE UROX-systemet i en lukket plastikpose, medmindre den med sikkerhed er helt tør. Undgå at der er knæk på slangen. Undgå at opbevare UROX-systemet i direkte sollys.



UROX Koppen og slangen kan bortskaffes separat som plastik til genbrug, mens gamachen skal bortskaffes som restaffald. Uadskilt skal UROX-systemet bortskaffes som restaffald.

## Materialer

UROX-systemet indeholder IKKE latex. Membranen er lavet af silikone, UROX Koppen af plastik, og slangen er fremstillet af vinyl. Alle anvendte materialer er "Medical grade".

## UROX-systemets levetid

Alle UROX-systemets dele er designet til at kunne anvendes flere gange. Hvor mange gange afhænger af en række individuelle faktorer.

For at minimere risikoen for urinlækage anbefales det, at UROX Gamachen udskiftes efter en uges daglig brug, og at UROX Koppen udskiftes efter en måneds brug. Grundlæggende kan systemet bruges meget længere end dette, hvis de rengøres efter hver brug og opbevares korrekt, men hvis du beslutter dig for at forlænge brugsperioden ud over vores anbefalinger, skal du sørge for at tjekke UROX-systemet for revner og huller, før du bruger det, og vær opmærksom på, at der er en større risiko for lækage.

## FAQ

### Posen fyldes med luft

Koppen kan virke som en luftpumpe, når den trykkes sammen. Og luften, der er kommet ned i UROX Gamachens urinposen, kan ikke sive tilbage, fordi der er en kontraventil (kontraventilen skal være der for at undgå tilbageløb af urin). For at løse problemet kan løsere bukser anvendes. Især tætsiddende cowboybukser giver problemer. Hvis membranen er for stram, øges problemet. Nogle UROX-brugere har valgt at klippe et hul i toppen af koppen (brug en hulltang). Derved skaber bukserne ikke problemer, da den pumpede luft kommer ud igennem hullet og ikke ned i urinposen.

### Membranen falder af koppen

Membranen kan tages af. Når den sættes på igen, skal man være omhyggelig med at få membranens kant trykket ordentligt ind i rillen omkring hullet, ellers kan den falde af. Vær opmærksom på, om membranen sidder rigtigt, når UROX-systemet er taget på.

### Slangen har fået et knæk, der ikke vil rettes ud

Alle plastslanger vil "knække", hvis de bliver bukket for skarpt. Ligger urinslangen i en "knækket" position i længere tid, har den svært ved at rette sig ud igen. Har urinslangen fået et knæk, så prøv at rette den ud og lad den ligge lidt lunt. Derved bør den finde tilbage til den oprindelige facon efter nogle timer. Vær opmærksom på, at urinslangen ALTID skal opbevares, så den ikke ligger "knækket".

### Hygiejne

Husk altid at vaske hænder og penis, inden UROX-systemet tages på. Ved brug af udstyr som UROX (eller bleer og uridomer), så er man mere udsat for bakterier og svamp end normalt.

### Om at sætte koppen på penis

Koppen skal sidde midt på skaffet. Forhuden skal ligge inden i koppen og må ikke sidde i klemme i membranen. Nogle UROX-brugere synes, at det er lettest at "vippe" koppen på for at være sikker på, at forhuden ikke trækkes tilbage af membranen. Hvis membranen føles ubehagelig, eller det er svært at sætte koppen på penis, er det sandsynligvis fordi den kop, der benyttes, er for lille. Vælg en kop med et større hul næste gang.

### Brug af UROX-systemet i sengen

UROX er beregnet til brug, når man sidder eller står op, men mange brugere har alligevel valgt også at bruge det i sengen. Man kan godt have UROX Koppen på i seng, men det letteste er at lægge systemet på en stol eller et sengebord, hvor det er nemt at nå, når behovet viser sig:

- Man lægger sig om på siden, lægger UROX Gamache m/pose på gulvet, og tager UROX Koppen på penis. Det er vigtigt, at penis er helt ind i koppen.
- For at forhindre at urin løber ud efter brugen, er det en god idé at løfte UROX Koppen og ryste den lidt, når man har taget den af, før man lægger den tilbage.
- Det kræver lidt øvelse at bruge UROX-systemet på denne måde, så det anbefales at man øver sig et par gange i dagslys, før man prøver det i mørke.

Varenr.	HMI-nr.	Str.	Længde/beskrivelse
7010	62244	-	UROX Startpakke*
1011	62241	S	UROX Kop
1012	125225	M	UROX Kop
1013	125228	L	UROX Kop
1014	125231	XL	UROX Kop
2011	73995	S	UROX Gamache m/pose
2012	125242	M	UROX Gamache m/pose
2013	125245	L	UROX Gamache m/pose
2014	125248	XL	UROX Gamache m/pose
3011	73990	S	UROX Fixeringsbukser
3012	125233	M	UROX Fixeringsbukser
3013	125236	L	UROX Fixeringsbukser
3014	125239	XL	UROX Fixeringsbukser
4013	-	Onesize	UROX Toilettaske
4015	-	250 ml	UROX Skyllemiddel*

UROX produceres i Danmark af: Urologic ApS, Vedbæk Stationsvej 6, 2, 2950 Vedbæk

\* Se produktfoto af UROX Startpakke nedenfor.

