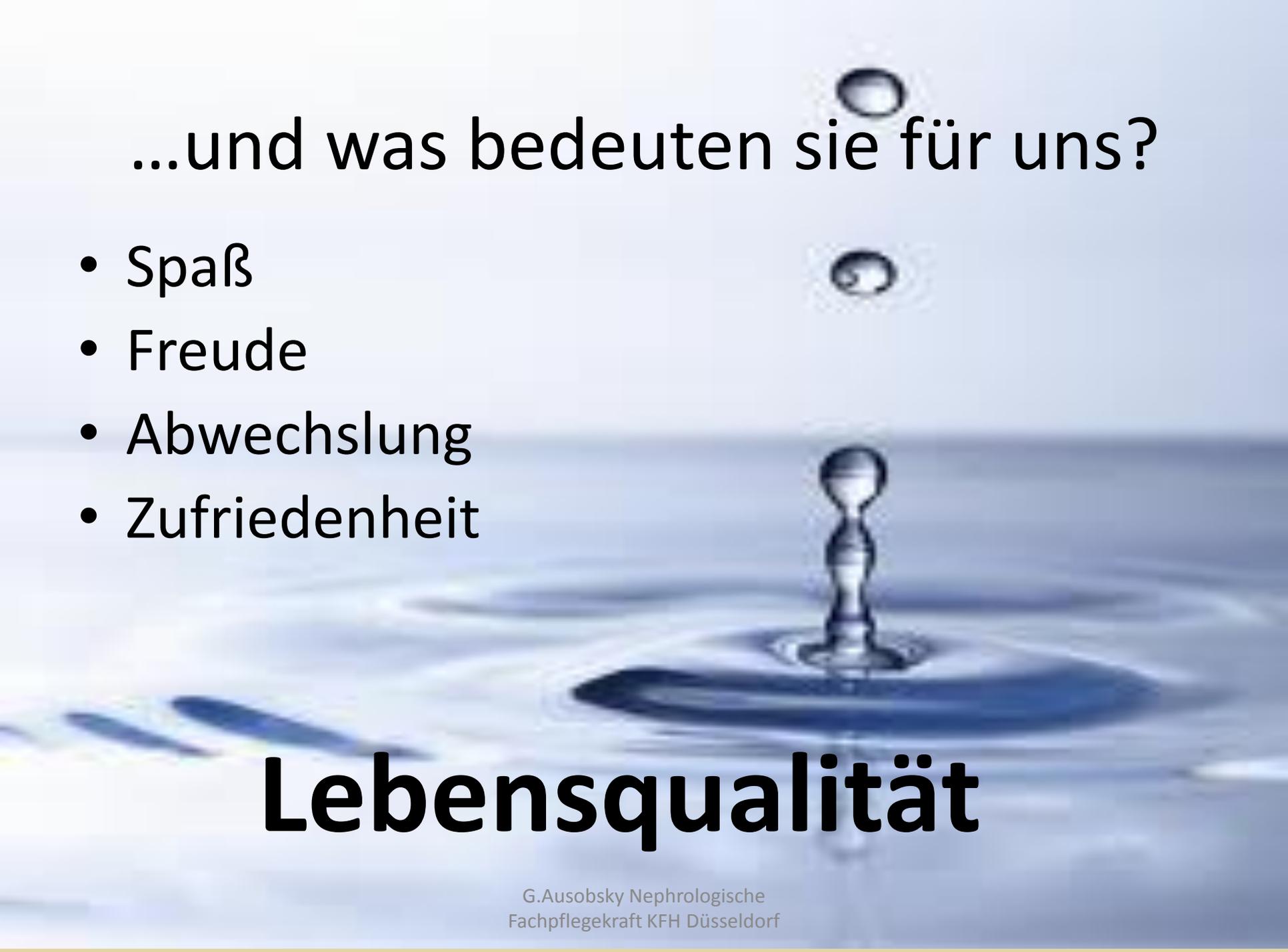


Vielen Dank für die Einladung



# Freizeitaktivitäten mit PD



A high-speed photograph of a water droplet falling into a pool of water. The droplet is captured in mid-air, just above the surface, creating a small splash and ripples. The background is a soft, out-of-focus blue and white gradient.

...und was bedeuten sie für uns?

- Spaß
- Freude
- Abwechslung
- Zufriedenheit

# Lebensqualität

# Wichtig ist deshalb

- Individuelle Beratung
- Gemeinsame Entscheidung mit dem Patienten
- Keine Verbote  
(erreichen oft das Gegenteil)

# Freizeit ist die Zeit, die einem Menschen zur freien Verfügung steht.

Freizeitaktivitäten der Deutschen laut einer Allensbach-Umfrage 2012:

1. Stelle: Gartenarbeit
2. Stelle: Shopping
3. Stelle: Rätsel lösen
4. Stelle: Computerspiele
5. Stelle: Essen gehen
6. Stelle: Schwimmen

# Was können wir raten?

## Gartenarbeit

- danach Hände gut reinigen
- Nägel säubern - Nagelbürste  
(Tetanuserreger)



# Lieblingssportarten der Deutschen

1. Radfahren
2. Schwimmen
3. Joggen
4. Wandern
5. Kegeln

# Bereich Sport

## Vor Katheteranlage



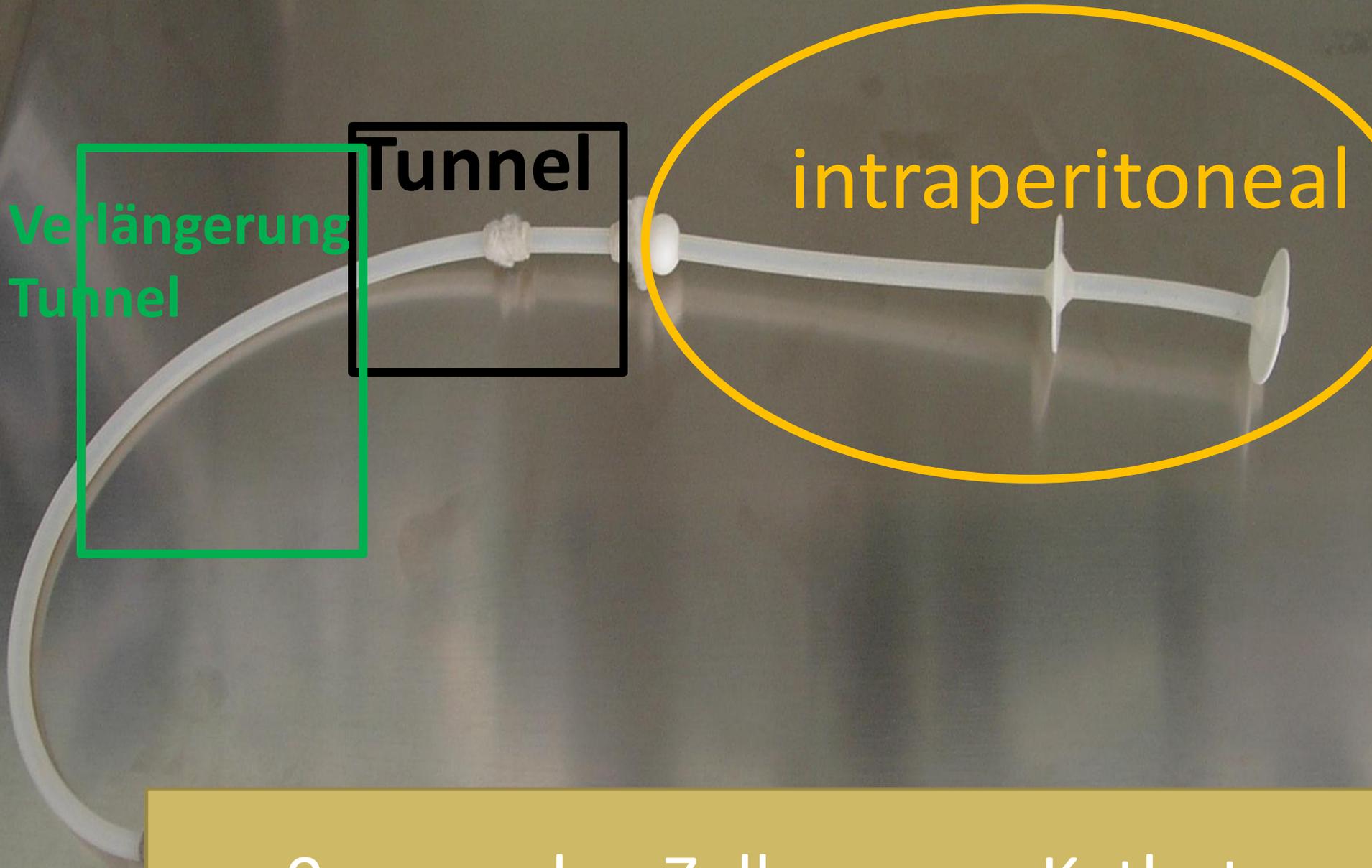
- Frage nach Sport und Sportart wichtig
- Inspektion der Bauchmuskulatur
- Eventuell Bauchmuskeltraining
- Eventuell langer Tunnel von Vorteil

Verlängerung  
Tunnel

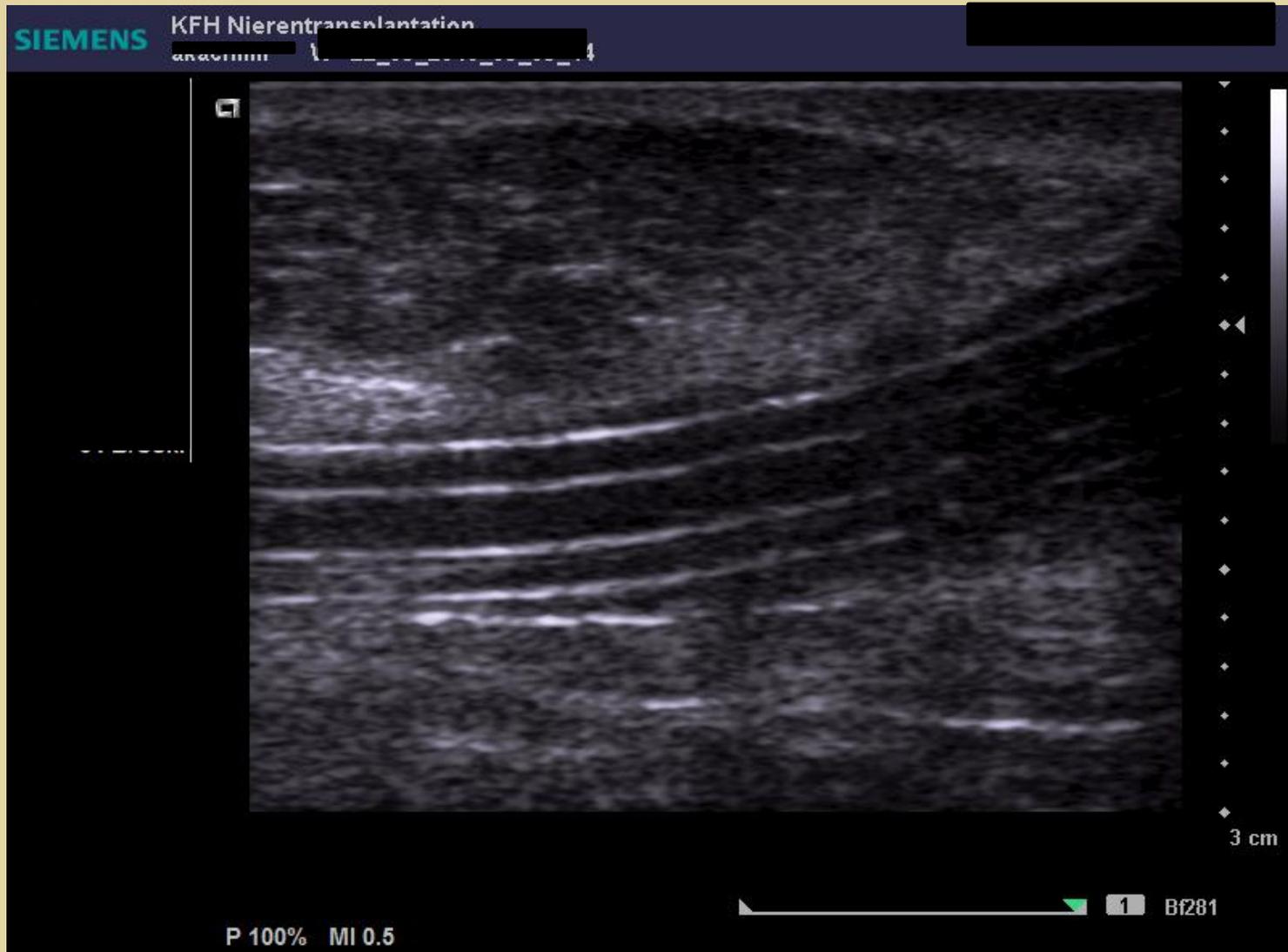
Tunnel

intraperitoneal

Oreopoulos-Zellermann-Katheter



# Kathetertunnel im Verlauf

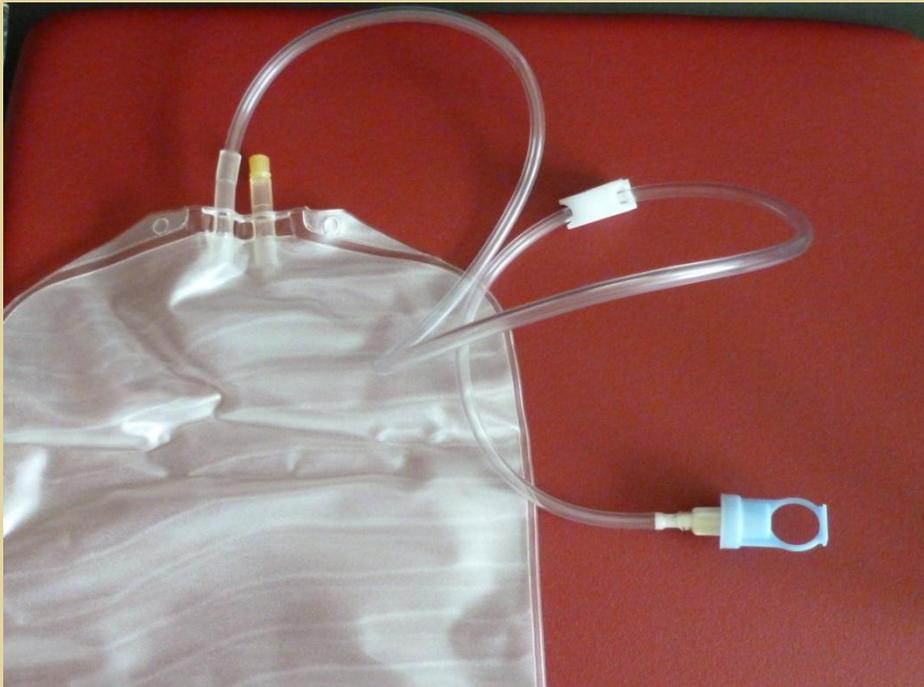


# Langer Tunnel

- Scherkräfte weniger Wirkung
- Barriere für Bakterien



# Vor dem Sport



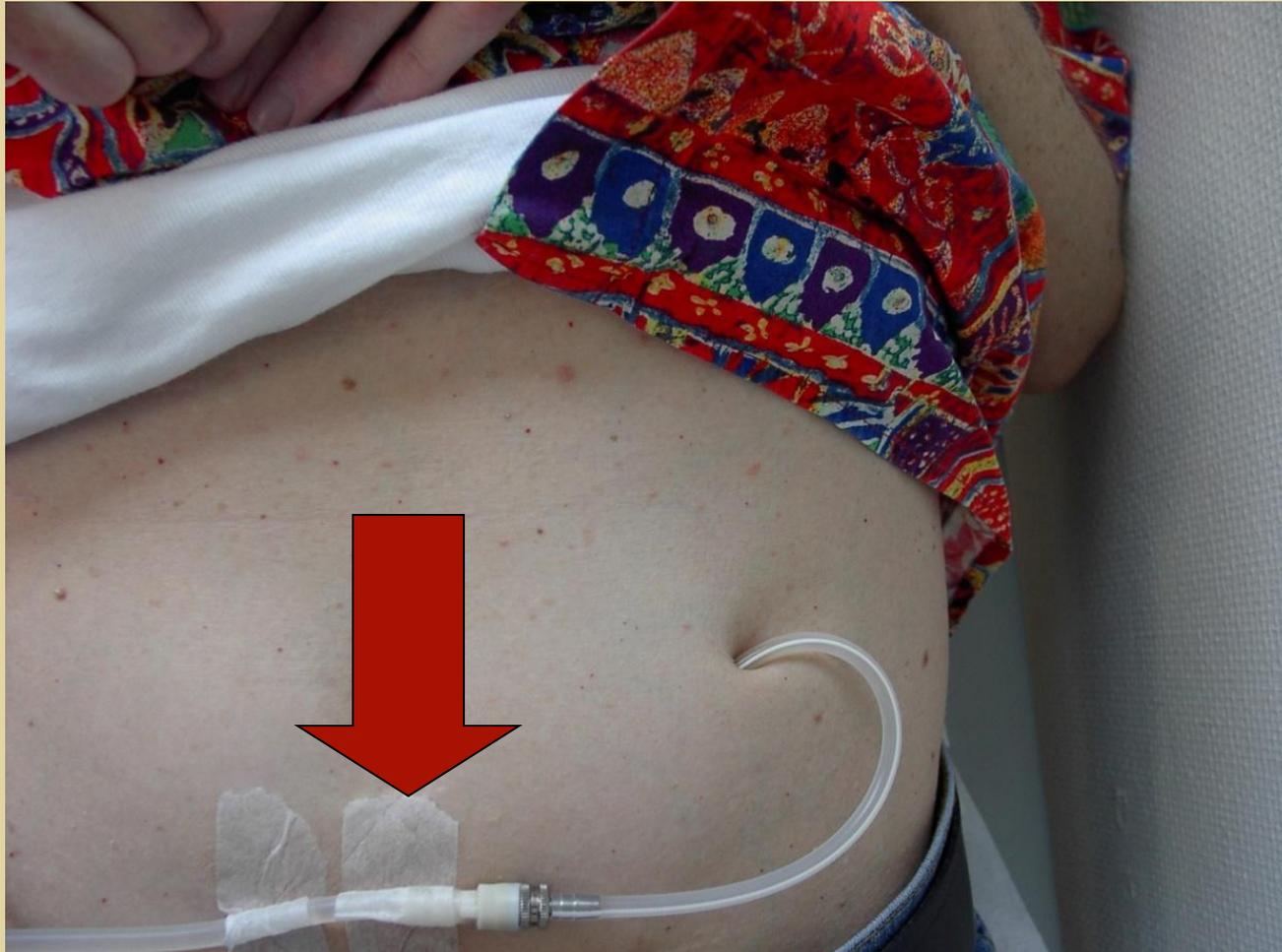
- Füllmenge reduzieren:
- Leerbeutel anschließen
  - Auslauf
  - so ist der Druck im Abdomen und auf den Exit geringer und der Patient ist leistungsfähiger

# Nach dem Sport

Beutelwechsel

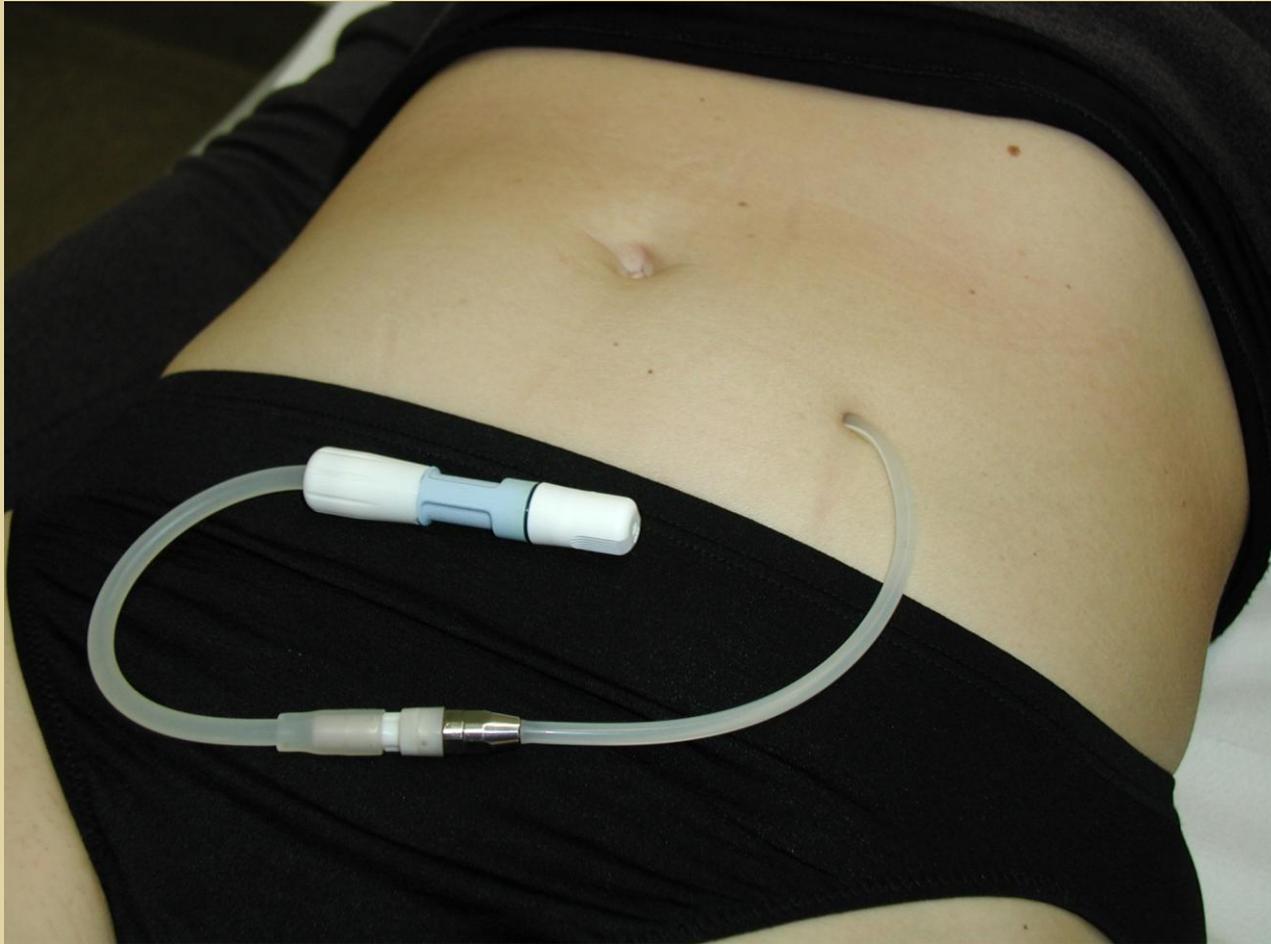


# Besonders beim Sport

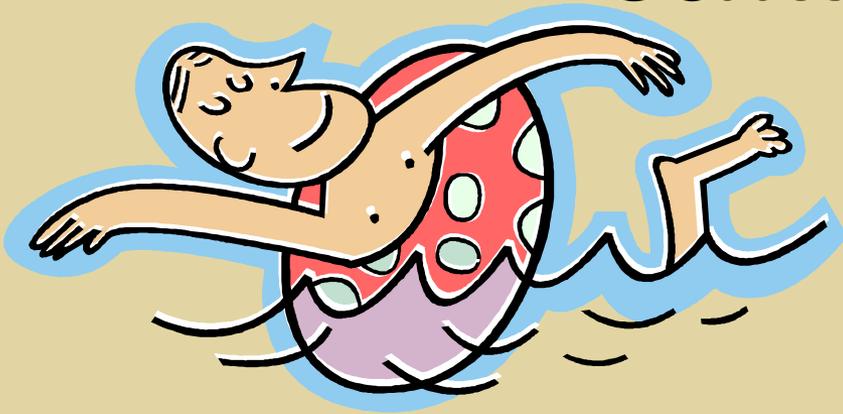


## Katheter immer gut fixieren

# Katheteraustritt muss reizlos sein



# Schwimmen



- OPSITE FLXIFLEX Pflaster im Schwimmbad  
danach zu Hause Duschen
- im Meer ohne Verband  
Salz desinfiziert



# Bereich Körperpflege

- Duschen ohne Verband
- Keine Vollbäder in der Badewanne



# Desinfektion des Katheteraustritt mit 4% - Salzlösung

## Gebrauchsanleitung

- Ein Glas (Füllvolumen 500ml) mit Plastikdeckel (nicht Metalldeckel) zuerst mit kochendem Wasser ausspülen.
- 1 Kaffeemaß (20g) gestrichen voll mit Salz in das Gefäß geben und mit kochendem Wasser auffüllen. Mit dem Deckel fest verschließen und stehen lassen, bis das Salzwasser Zimmertemperatur hat.

## Anwendung:

- Etwas Salzlösung auf eine Kompresse geben und diese für ca. 5 Minuten auf den Katheteraustritt halten, ggf. danach verbinden.

# Radfahren

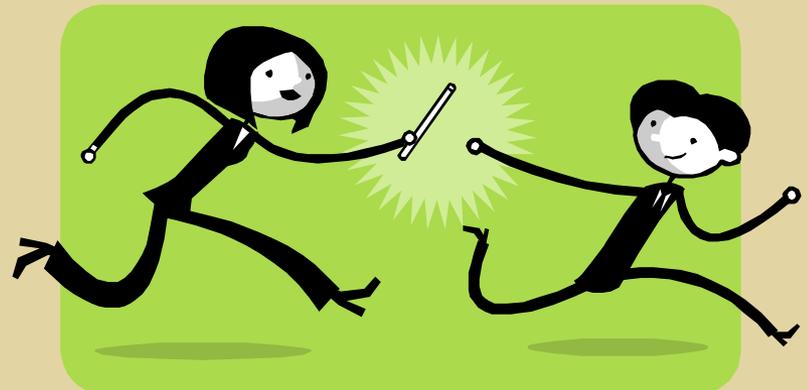
Mountain-Bike  
leistungsorientiert  
mit leerem Bauch

*...oder gemütlich*



# Joggen

- Katheteraustritt muss reizlos sein
- Je nach Verträglichkeit leerer Peritonealraum oder bis 500 ml Dialysierlösung belassen
- Danach Beutelwechsel



# Worauf soll der PD Patient achten?

- Wandern



- Kegeln - Scherkräfte
- Sauna - Titanadapter einpacken
- Reiten - Erschütterung beachten
- Tauchen - danach Duschen
- Sonnen - ohne Verband (gut für den Exit)



# Was darf der PD Patient?

- Alpin Ski fahren - nicht neu beginnen
- Tennis - Scherkräfte
- Golf - Scherkräfte
- Segeln
- Rudern

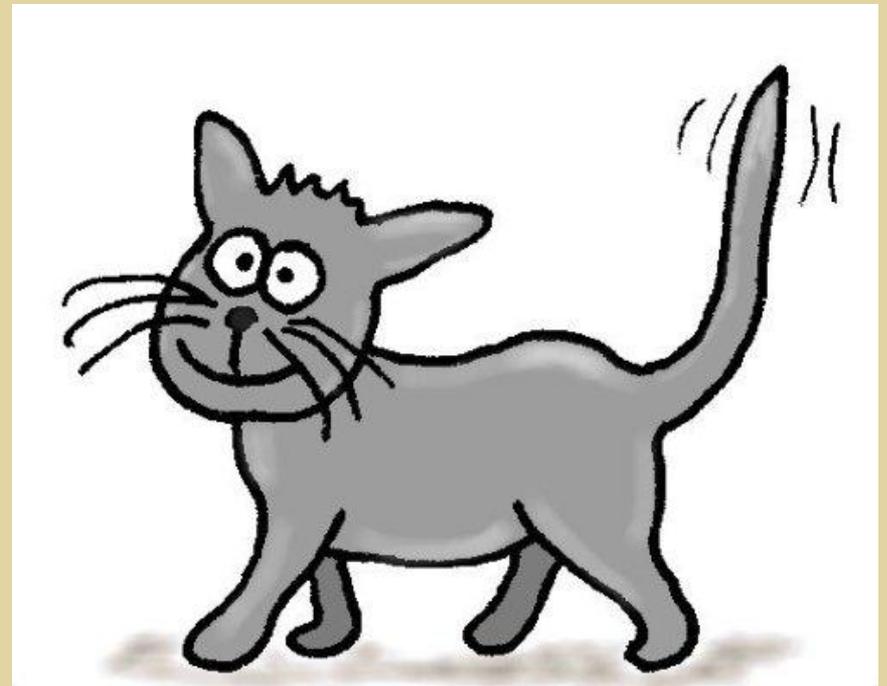
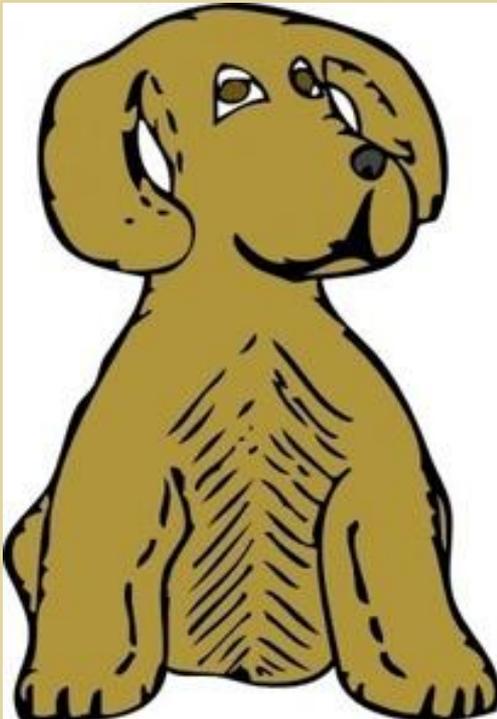
# Gibt es Verbote?

- Fußball
- Bodybuilding
- Kampfsport???



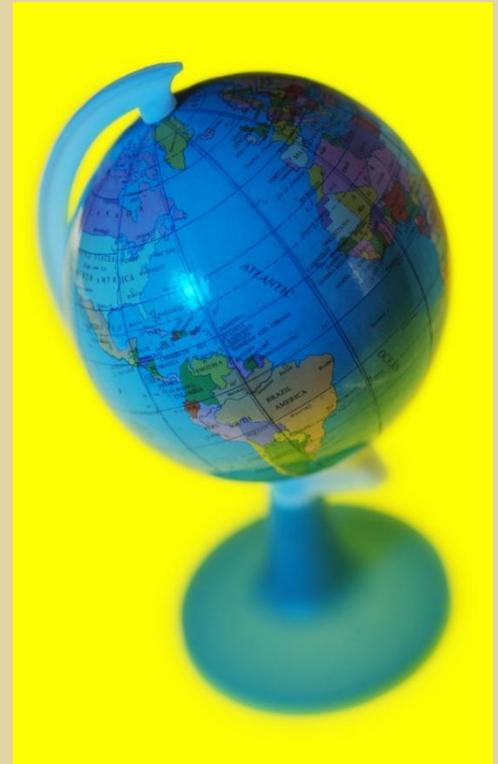
# Haustiere gehören dazu?!?!!!

- Gibt es etwas zu beachten?



# Bereich Reisen

- Zeitliche Organisation
- Logistik
- Hygienische Umstände
- Extraneal
- Patient ermutigen Urlaub zu machen
- Angst nehmen



# Vor Katheteranlage zu bedenken

Reisen in arabische Länder  
Bürger arabischer Herkunft



In manchen arabischen Ländern bestehen  
Probleme bei der Einfuhr von Dialysematerialien  
amerikanischer Firmen.

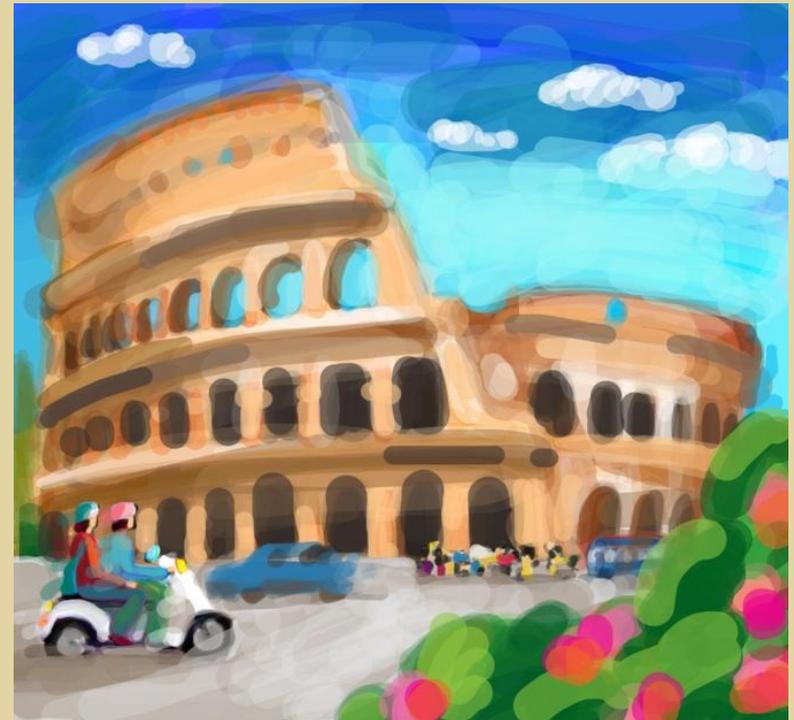
# Reiseorganisation



- Urlaubsland (Insel)
- Vorlauf (Zeitspanne verschieden)
- Bestellung des Materials zeitig
- Bei APD – CAPD-Lösungen für 3 Tage bestellen (falls Cycler defekt)

# Nicht vergessen:

- Zollerklärung
- Arztbrief
- PD-Zentrum vor Ort
- Reiseregime besprechen
- Verhalten bei Problemen



# Aufgaben des Patienten

- exakte Urlaubsadresse
- Ansprechpartner vor Ort  
Name, Fax, Telefon, Mobil
- Information des Ansprechpartners über die Menge der Anlieferung
- Vor Anreise - Anruf am Urlaubsort, ob Material eingetroffen ist

# Materialbestellung für Ihren Urlaub

Fahren Sie in Urlaub? Wir wollen Ihnen helfen!

Damit Sie einen schönen Urlaub genießen können, beachten Sie bitte folgendes:

In Deutschland muss die Bestellung 4 Wochen bevor Sie fahren im KfH-Zentrum vorliegen.

In anderen Ländern beachten Sie bitte 3 Monate Vorlaufzeit.

Folgende Angaben müssen wir vollständig von Ihnen bekommen, damit Sie Ihr Material pünktlich zu Ihrem Urlaubsort bekommen.

Name: \_\_\_\_\_

Reisetermin: von \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

Lieferanschrift: Unterkunft \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Land \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_

Ansprechpartner \_\_\_\_\_

Material: Anzahl \_\_\_\_\_ PD-Lsg. \_\_\_\_\_

Anzahl \_\_\_\_\_ PD-Lsg. \_\_\_\_\_

Anzahl \_\_\_\_\_ PD-Lsg. \_\_\_\_\_

Anzahl \_\_\_\_\_ Verschlüsse \_\_\_\_\_

Sonstiges: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Informieren Sie bitte Ihr Hotel o.ä. darüber, dass einige Tage vor Ihrer Ankunft das Material für Sie eintrifft und angenommen wird.

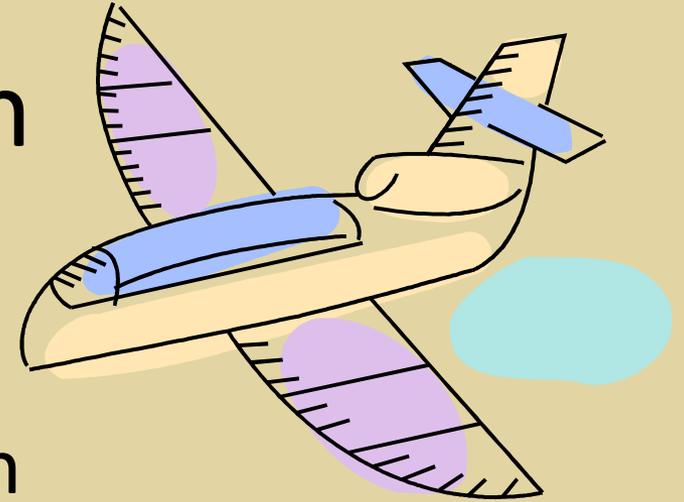
Kompressen, Desinfektionsmittel, Pflaster, Federwaage etc. müssen Sie selber in Ihrem Urlaubsgepäck mitführen.

Wenn benötigt, können Sie auf Anfrage eine Übergepäckbescheinigung z.B. für das Flugunternehmen bekommen.

**Vergewissern Sie sich nach dem Liefertermin, ob Ihr Material angeliefert wurde!**

# Flugreisen

- Übergepäckbescheinigung
- Extraneal für lange Distanzen



## mit APD

- Patient muss sich überzeugen, dass der Cycler mit an Bord geht
- Maschinendefekt – Vorgehen abklären

# Reisen in die USA

- USA-fähigen Cycler bei Baxter bestellen
- USA – Spike-System trainieren



# Kreuzfahrten

- Cykler - volumetrisch gesteuert
- Materiallieferung an Starthafen
- PD-Versorgung an Zielhäfen
- Vorgehen bei Problemen während der Fahrt



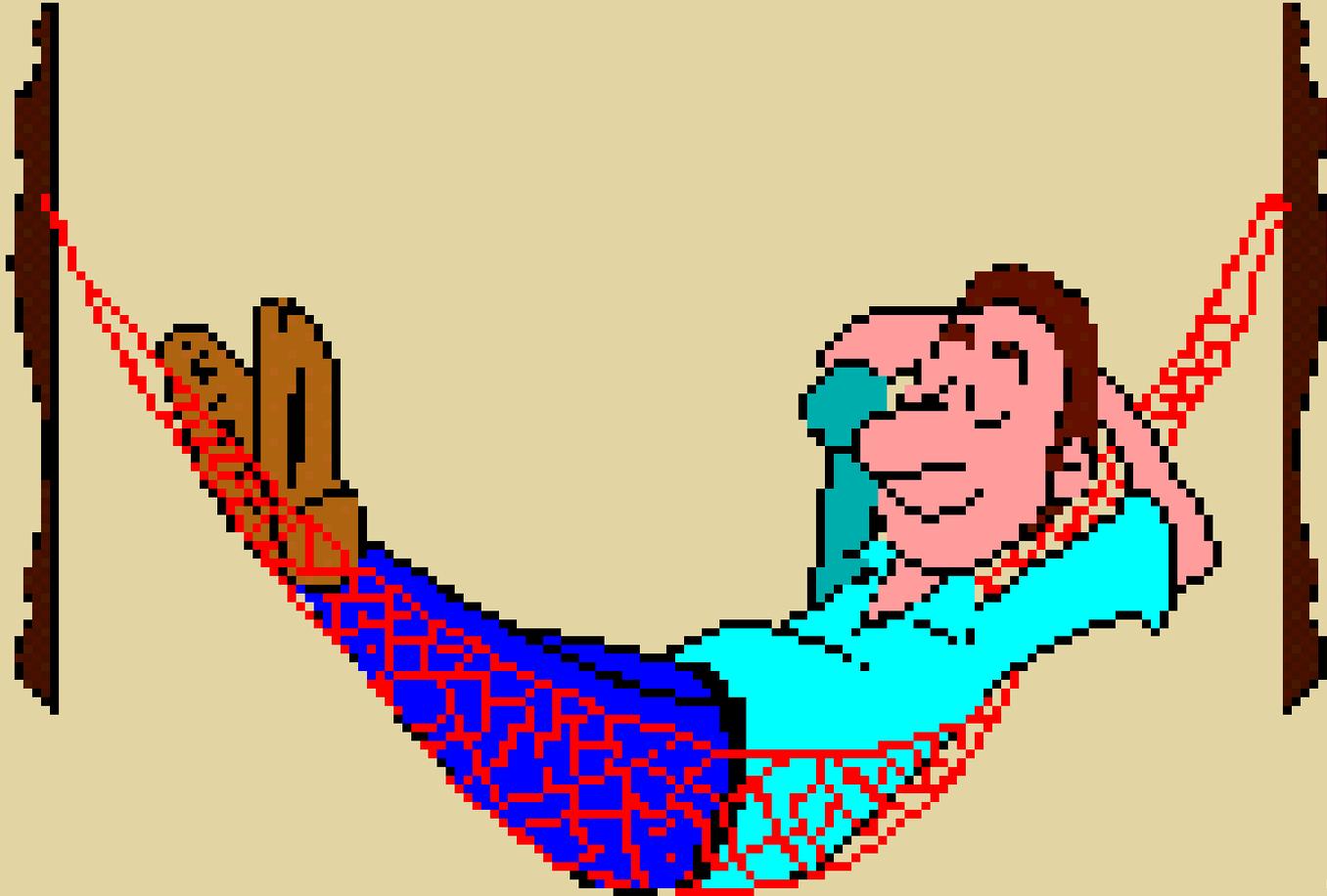
# Freizeitaktivitäten bedeuten...



# ...Lebensqualität



# Vielen Dank



G.Ausobsky Nephrologische  
Fachpflegekraft KFH Düsseldorf