REGIONSHOSPITAL NORDJYLLAND
– i gode hænder

Sådan anvender du klysma

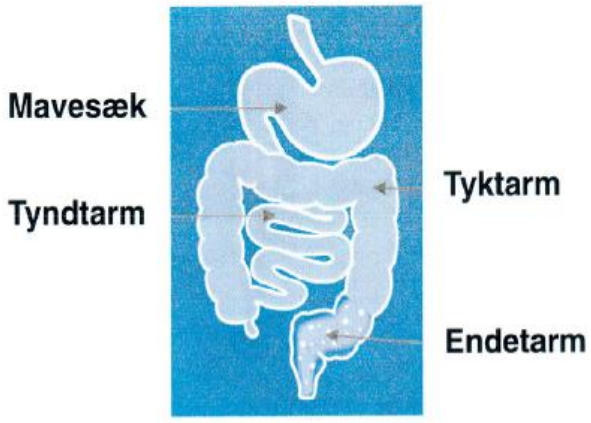
Klysma er flydende medicin, som optages gennem tarmvæggen. Klysma virker i de nederste 40-50 cm af tarmen og giver færre bivirkninger end fx tablet-behandling, da det kun påvirker det nederste af tarmen.

SÅDAN GØR DU

Tag klysma om aftenen
For at opnå størst mulig effekt af klysma-behandlingen, bør du tage klysma ved sengetid og umiddelbart efter toiletbesøg, så medicinen kan virke længst muligt.

Sådan tager du klysma

- Lun klysmaet i varmt vand. Det giver mindre ubehag, og du kan bedre holde på væsken.
- Hav en affaldspose parat til den tomme emballage.
- Anvend ekstra underlag på din seng, fx et håndklæde, da nogle klysma kan give misfarvning.
- Læg dig i sengen på venstre side, så væsken følger tarmen.



Endetarmen ligger i venstre side af kroppen. Derfor er det lettest at ligge på venstre side, når du tager klysma.

- Smør spidsen af klysmaet med fx vaseline for at lette indføringen i endetarmen.
- Klem i løbet af nogle minutter indholdet af klysmaet op i tarmen.
- Klem fortsat klysmaet sammen, indtil spidsen er ude af endetarmen, for at undgå, at væsken løber tilbage i klysmaet.
- Klem endetarmsåbningen sammen og bliv liggende på venstre side i 5-10 minutter.
- Vend dig derefter om på ryggen og løft enden et øjeblik.
- Læg dig på højre side i 5-10 minutter. På den måde løber væsken så højt op i tarmen som muligt.
- Læg dig til at sove på den side, du har lyst til.

Du opnår størst virkning af klysmaet jo længere tid, du kan holde på det.

KONTAKT OG MERE VIDEN

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

REGIONSHOSPITAL NORDJYLLAND
– i gode hænder

Kontakt

Ambulatorium for Medicinske Mave- og Tarmsygdomme
Tlf. 97 64 07 74

Vi træffes bedst:
Mandag – fredag 8.00 – 15.00