



Three out of four people who have bowel or bladder control problems can be cured or helped to better manage their problem.

### WHAT ARE CONTINENCE PRODUCTS?

Continence products are used to manage the symptoms of poor bladder and bowel control. They may be used short term to help you while being treated or long term if the poor bladder and bowel control can't be cured.

Continence advisors know about the broad range of products that can help manage bladder or bowel control problems. They can help you choose a product that will give you protection and confidence in your everyday life.

Your doctor or continence advisor can look for the cause of your problem and offer you some treatment. If you do nothing and just use pads or other continence products without trying treatment, your problem could get worse.

### WHAT TYPES OF CONTINENCE PRODUCTS ARE THERE?

#### Absorbent pads and pants

Pads and pants come in a range of sizes and how much urine they can absorb. Some pads are meant to be used one time only, and then be thrown out. Some other pads and pants can be washed and used many times. You can get special mesh/net pants that keep the pads from slipping. Some pads have 'sticky' strips which will stick to the pants to keep the pad in place.

#### Absorbent bed sheets and chair covers

In these products, the top layer that sits closest to the skin lets the urine through, but stays dry while the lower layers soak up urine. They are not meant to be used at the same time as disposable pads, as they work best when the skin is in direct contact with the sheet.

#### Penile sheaths / external catheters

Penile sheaths are made of silicone and are mostly self adhesive and lined with non-latex glue which sticks to the penis. The other, open end of the sheath is joined to a leg bag where urine can drain.

Tre persone su quattro affette da problemi di controllo della vescica e dell'intestino possono essere curate o aiutate per gestire meglio il problema.

### CHE COSA SONO I PRODOTTI PER L'INCONTINENZA?

Sono prodotti usati per gestire i sintomi dell'incontinenza urinaria e fecale sia temporaneamente durante il corso di una terapia o come soluzione a lungo termine se l'incontinenza è irreversibile.

I consulenti esperti di incontinenza conoscono la vasta gamma di prodotti disponibili per questo problema e possono aiutarvi a scegliere un prodotto capace di darvi protezione e sicurezza nella vita di tutti i giorni.

Il vostro medico o consulente esperto di incontinenza ricercherà la causa del problema e vi consiglierà una terapia. Tuttavia, usare i pannolini o altri prodotti per l'incontinenza senza seguire una terapia potrebbe peggiorare il disturbo.

### QUALI TIPI DI ACCESSORI SONO DISPONIBILI PER L'INCONTINENZA?

#### Pannolini e mutandine assorbenti

Questi prodotti sono disponibili in varie taglie e misure con gradi diversi di assorbimento. Alcuni assorbenti usa-e-getta possono essere usati una volta soltanto. Altri pannolini e mutandine assorbenti si possono lavare e usare più volte. Si consiglia di utilizzare gli slip a rete come anche i pannolini con striscia adesiva per mantenere l'assorbente al suo posto.

#### Lenzuola e copri-poltrona assorbenti

Questi prodotti sono realizzati in modo tale che gli strati del materiale a contatto con la pelle rimangono asciutti lasciando passare l'urina negli strati sottostanti. Non vanno utilizzati contemporaneamente ai pannolini monouso in quanto funzionano meglio a diretto contatto con la pelle.

#### Guaine per il pene e cateteri esterni

Le guaine esterne di silicone che aderiscono al pene sono in genere autoaderenti e anallergiche senza lattice e si possono raccordare ad una sacca da gamba che raccoglie l'urina.





If the man is mobile, a leg bag can be used which is hidden under his clothes. The sheath can be joined to a two litre bag for overnight drainage. Skin reactions can be seen through the clear silicone as soon as they occur. Bags which connect to the sheath should always have wide bore tubing to let the urine flow into the bag with no backflow into the sheath which could cause it to come loose. Bags worn on the leg should be firmly fixed to the thigh or lower leg with the straps that come with the bag and emptied before they get heavy enough to pull off the sheath.

**Other products to help toileting**

Bedpans and urinals (male and female type) can be used if you are confined to bed. Commode chairs placed by the bed at night can help if you cannot walk to the toilet. Raised toilet seats and chairs that can be moved over the toilet can also help if you have trouble sitting on low toilets.

**WHAT SHOULD YOU THINK ABOUT WHEN CHOOSING A CONTINENCE PRODUCT?**

The best product is one that works well, is comfortable and helps you to have a normal life. When choosing a continence product, you should think about:

**1. Your individual bowel or bladder control problem**

Your choice of product will depend upon your own control needs at any one time. Choose a pad that will hold how much urine you might pass and change it as soon as it is wet. This is better for you and cheaper than leaving a large pad in place for many hours. Wearing pads damp with urine or bowel motions can cause skin rashes or bladder infections. Also, any smell can be cut down if the pad is changed as soon as it is wet or soiled and the skin rinsed and dried before a new pad is used. Choose a pad that does not have a coloured plastic cover which can show through light coloured clothes or make a noise when you move.

**2. Your personal lifestyle**

Personal needs for work, home and your social life should also guide your choice of products. Continence advisors can help with advice on special products to use when you play sport or travel long distances.

Se la persona è mobile, la guaina viene collegata a un sacca di due litri di volume che è nascosta sotto i vestiti. Eventuali reazioni cutanee sono immediatamente visibili attraverso il silicone trasparente. I tubi che collegano la guaina alla sacca devono avere un foro largo che impedisce il reflusso di urina e garantisce una perfetta tenuta. La sacca deve aderire fermamente alla coscia o alla parte inferiore della gamba con i lacci di fissaggio in dotazione ed essere svuotata prima che il peso possa estrarre la guaina.

**Altri accessori per la minzione e l'evacuazione**

Padelle e urinali (maschili e femminili) si possono usare per gli allettati. Si consiglia l'utilizzo di una commode vicino al letto per chi ha difficoltà di deambulazione e di rialzi e sedie per il water se l'altezza del water è un problema.

**DI COSA TENERE CONTO QUANDO SI SCEGLIE UN ACCESSORIO PER L'INCONTINENZA?**

Il prodotto migliore è quello che funziona in modo efficace, che è comodo e vi aiuta a condurre uno stile di vita normale. Quando scegliete un accessorio per l'incontinenza, dovete tenere conto di:

**1. Tipo e gravità dell'incontinenza**

La scelta degli accessori per l'incontinenza verrà determinata dalla frequenza e dal volume delle perdite. Scegliere un assorbente con capacità assorbente sufficiente e cambiarlo non appena è bagnato invece di un assorbente troppo grande lasciato per molte ore è una soluzione migliore per voi, oltre ad essere più economica. Indossare assorbenti bagnati può causare eruzioni cutanee e infezioni urinarie mentre cambiarlo subito, sciacquarsi e asciugarsi prima di usarne un altro neutralizza anche gli odori sgradevoli. Evitare l'uso di assorbenti colorati che si vedono sotto i vestiti chiari o che fanno rumore quando vi muovete.

**2. Stile di vita personale**

I bisogni individuali in materia di lavoro, esigenze domestiche e normali attività del tempo libero potrebbero incidere sulla scelta degli accessori per l'incontinenza. I consulenti esperti di continenza possono essere utili nella scelta dei prodotti più adatti per le attività sportive e per i viaggi.





### 3. Your mobility

The vast range of products means that you need to think about your habits and abilities to choose the best product for your problem. Such things as how easily you can get to the toilet or how easy you find changing pads can help to guide the right choice of product for you. There are many types of products, and one will be just right for you.

### 4. Supply of products

Some continence products can be bought in supermarkets and chemists, while others may be more easily bought from specialist medical suppliers. You might need expert help to choose the right one for you. Contact the **National Continence Helpline (Freecall 1800 33 00 66)** who provide you with advice or can put you in touch with a continence advisor in your area.

### 5. Disposal

Most disposable products can be thrown away in normal household rubbish. Continence products should NEVER be flushed down the toilet.

### 6. Washing guidelines

Reusable products should tell you how to wash them on the package when you buy them. Don't buy reusable products if you don't have a washing machine and dryer, or an outside clothes line which is easy for you to reach. Due to their absorbency they take longer to dry than normal underclothes and sheets, so ask for a sample to try first.

### WHO PAYS FOR CONTINENCE PRODUCTS?

Continence products can be costly and in most cases you will need to pay for them yourself.

If you have permanent and severe incontinence, and meet other eligibility criteria, the national Continence Aids Payment Scheme can assist you to meet some of the costs of continence products.

The Department of Veterans' Affairs also manages the Rehabilitation Appliances Program which you may access if you hold a Gold Card or eligible White Card.

### 3. Mobilità

Data la vasta disponibilità di prodotti, per scegliere quello più adatto al vostro problema sarà necessario tenere in considerazione le vostre abitudini e capacità. Occorrerà anche tenere conto del vostro grado di indipendenza per raggiungere il bagno o per sostituire gli assorbenti. Tra i tanti prodotti esistenti troverete quello più adatto a voi.

### 4. Fornitura di prodotti

Alcuni accessori per l'incontinenza sono disponibili presso le normali rivendite al dettaglio, es. supermercati e farmacie, mentre altri si possono acquistare presso i fornitori specializzati di prodotti medici. Per un aiuto nella scelta degli accessori utili o di un consulente esperto di incontinenza, contattate l'assistenza nazionale per la continenza (**National Continence Helpline**) (**Numero verde 1800 33 00 66**).

### 5. Dispersione

La maggior parte dei prodotti usa-e-getta può essere smaltita con i normali rifiuti domestici. Gli accessori per l'incontinenza non devono MAI essere gettati nel water.

### 6. Istruzioni per il lavaggio

Nella maggior parte dei casi, le istruzioni sul lavaggio sono allegate al prodotto o alla sua confezione. Si consiglia di non acquistare prodotti riutilizzabili se non avete una lavatrice e asciugatrice oppure uno stendino di facile accesso per asciugare i panni all'aperto. Dato il loro grado di assorbenza, questi prodotti impiegano molto più tempo ad asciugarsi rispetto a lenzuola o biancheria intima, quindi fate una prova per verificare.

### CHI PAGA GLI ACCESSORI PER L'INCONTINENZA?

Gli accessori per l'incontinenza possono essere costosi, e nella maggior parte dei casi dovrete pagarli voi.

Per i titolari di apposite agevolazioni che soffrono di incontinenza permanente e grave, l'iniziativa Continence Aids Payment Scheme può provvedere a una parte dei costi degli accessori per l'incontinenza.

Il Ministero per gli Affari dei Reduci (Department of Veterans' Affairs) gestisce inoltre l'iniziativa Rehabilitation Appliances Program alla quale possono accedere i possessori di Gold Card o di White Card che ne hanno diritto.





Also, some state and territory governments provide services to support people affected by incontinence, including providing continence products. These services vary between states, and may include client assessment, education and support.

In most cases you will need to seek help from a health professional such as your doctor or continence nurse to access these services.

If you contact the National Continence Helpline you can get advice about the continence services that may be available for you.

---

### SEEK HELP

---

Qualified nurses are available if you call the National Continence Helpline on 1800 33 00 66\* (Monday to Friday, between 8.00am to 8.00pm Australian Eastern Standard Time) for free:

- Information;
- Advice; and
- Leaflets.

If you have difficulty speaking or understanding English you can access the Helpline through the free Telephone Interpreter Service on 13 14 50. The phone will be answered in English, so please name the language you speak and wait on the phone. You will be connected to an interpreter who speaks your language. Tell the interpreter you wish to call the National Continence Helpline on 1800 33 00 66. Wait on the phone to be connected and the interpreter will assist you to speak with a continence nurse advisor. All calls are confidential.

Visit [bladderbowel.gov.au](http://bladderbowel.gov.au) or [continence.org.au/other-languages](http://continence.org.au/other-languages)

\* Calls from mobile telephones are charged at applicable rates.

Vi sono inoltre delle amministrazioni statali e dei territori australiani che dispongono di un programma di agevolazioni per gli accessori per l'incontinenza. Questi servizi variano a seconda dello stato che li offre e prevedono valutazione del caso, educazione e supporto.

Nella maggior parte dei casi per accedere a questi servizi sarà necessario rivolgersi al proprio medico o consulente esperto di incontinenza.

Consigli sui vari servizi di supporto per l'incontinenza si possono ottenere tramite la National Continence Helpline.

---

### CHIEDETE AIUTO

---

Infermieri qualificati sono disponibili gratuitamente chiamando il servizio di assistenza telefonica nazionale per la continenza (National Continence Helpline) al numero verde 1800 33 00 66\* (dal lunedì al venerdì, dalle 8.00 alle 20.00 (Australian Eastern Standard Time):

- Informazioni;
- Consigli; e
- Opuscoli.

Se avete difficoltà con l'inglese potete contattare la Helpline tramite il servizio di interpretariato telefonico al numero 13 14 50. Un operatore risponderà in inglese, voi dovete dire la lingua che parlate e dovete rimanere in linea. Successivamente verrete messi in comunicazione con un interprete che parla la vostra lingua al quale dovete comunicare che desiderate chiamare la National Continence Helpline al numero 1800 33 00 66. Rimanete in linea e l'interprete vi assisterà a parlare con un consulente per la continenza. Le chiamate sono riservate.

Visitate il sito [bladderbowel.gov.au](http://bladderbowel.gov.au) oppure [continence.org.au/other-languages](http://continence.org.au/other-languages)

\* Le chiamate dal cellulare sono addebitate secondo le tariffe applicabili.