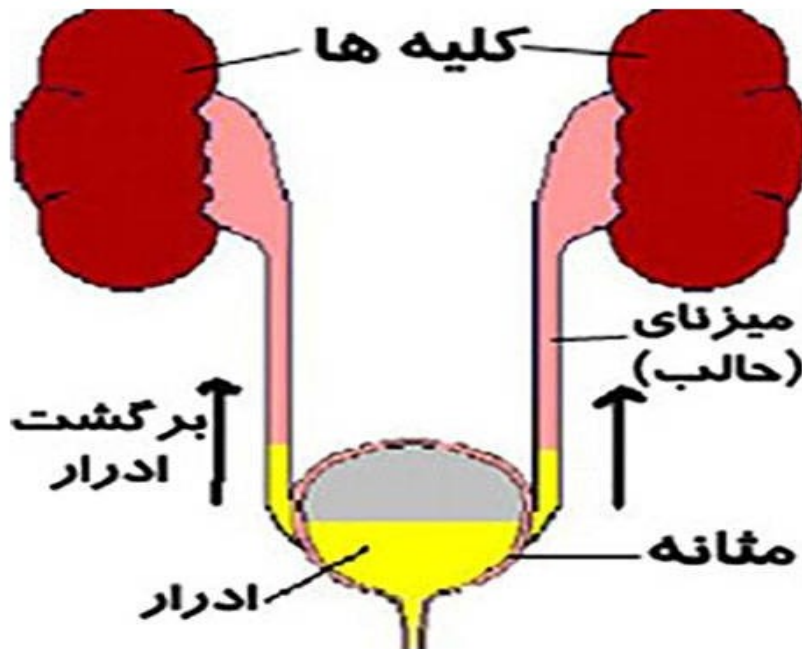




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

مرکز آموزشی درمانی ولایت

نحوه سوند گذاری متناوب تمیز



دفتر پرستاری

واحد آموزش سلامت

بهار ۱۴۰۵

در کل برای پیشگیری از عفونت ادراری سعی نمایید، برنامه منظمی برای تخلیه ادرار خود داشته باشید. زیرا تجمع ادرار در مثانه یکی از دلایل عفونت ادراری می باشد. همچنین رعایت بهداشت دست در هنگام سوند گذاری و انجام این فرایند موجب پیشگیری از عفونت ادراری خواهد شد. علایم عفونت ادراری (سویش هن گلم ادرار کردن، درد شکم و لگن، بوی بد ادرار، افزایش اسپاسم) (انقباض) اندام ها، دیدن لکه های خون در ادرار و ریزش ادرار بین فواصلی که سوند گذاری موقت (CIC) انجام داده اید) را نیز بشناسید. و در صورت مشاهده هر کدام به پزشک مراجعه نمایید

خون در کاتتر یا ادرار

گاهی اوقات، ممکن است خون در ادرار یا کاتتر مشاهده کنید. این غیر معمول نیست، به خصوص زمانی که شما در حال یادگیری این موضوع هستید.

سعی کنید بیشتر از ژل روان کننده استفاده کنید. علائم عفونت را بررسی کنید. فقط در صورتی نگران باشید که خونریزی ادامه یابد یا شدید شود. اگر این اتفاق افتاد در اسرع وقت پزشک/پرستار خود را مطلع نمایید.

مشکل در وارد کردن یا خارج کردن کاتتر

این ممکن است به دلیل تکنیک نامناسب یا اسپاسم عضلات اسفنکتر رخ دهد.

در یک موقعیت راحت قرار بگیرید. چند نفس عمیق بکشید، در حالی که به آرامی با زدم می کنید، کاتتر را وارد یا خارج کنید. همچنین سعی کنید بیشتر از ژل روان کننده استفاده کنید. قبل از تلاش برای قرار دادن مجدد کاتتر، کمی استراحت کنید و در صورت امکان چند دقیقه راه بروید.

باآرزوی سلامتی روز افزون شما

در صورت داشتن سوال در منزل، ساعت ۸ تا ۱۴ با شماره تلفن

۰۲۸-۳۳۷۹۰۶۲۰-۲۷ داخلی ۵۰۹۷ واحد آموزش سلامت تماس

بگیرید. (همه روزه بجز ایام تعطیل)

چرا باید کاتتر گذاری متناوب تمیز (CIC) انجام داد؟

- سوند گذاری متناوب تمیز (CIC) یک روش ساده برای تخلیه مثانه است که شامل عبور یک لوله کوچک از مجرای ادرار (جایی که ادرار به طور معمول از آن تخلیه می شود) به داخل مثانه، برای تخلیه ادرار می باشد.
- نوع کاتتر مورد استفاده **سوند نلاتون** نام دارد.



سوند نلاتون

- ماندن ادرار به مدت غیر معمول در مثانه و عدم تخلیه به موقع آن موجب عفونت ادراری و در نهایت آسیب به دستگاه ادراری به خصوص کلیه ها می گردد. اگر این تخلیه ادرار به درستی انجام نشود در دراز مدت می تواند باعث چروکیده شدن و به اصطلاح نارسایی مزمن کلیه گردد.
- استفاده از کاتتر گذاری متناوب تمیز (CIC) باعث پیشگیری از:**

- عفونت ادراری
- پیشگیری از آسیب بیشتر به دستگاه ادراری و کلیه ها

هر چند وقت یکبار مثانه باید تخلیه شود؟

هر زمان که احساس پری داشتید باید سوند گذاری تمیز را انجام دهید. اگر نمی توانید احساس کنید که مثانه شما پر است، شما باید هنگام بیدار شدن از خواب، ۲-۳ بار در طول روز و درست قبل از رفتن به رختخواب در شب سوند گذاری را انجام دهید. ممکن است پزشک تعداد دفعات سوند گذاری شما در طول روز را تعیین کند. در این صورت، این کار را طبق دستور پزشک در ساعت های تعیین شده انجام دهید. حجم ادراری را در هر بار تخلیه، یادداشت نمایید یا به خاطر بسپارید. مثانه شما بیش از ۳۰۰ تا ۴۰۰ میلی لیتر را در خود نگه نمی دارد. اگر این مقدار بیشتر از این باشد، شما باید در دفعات بیشتری سوند گذاری را انجام دهید.

روش انجام CIC (کاتتر گذاری متناوب تمیز):



- ♦ از کاتتر با سایز مناسب استفاده نمایید.
- ♦ صابون ضد عفونی کننده و آب
- ♦ پارچه شسته شده
- ♦ ظرف بزرگ برای جمع آوری ادرار
- ♦ تهیه ژل محلول در آب . توجه نمایید هرگز اوازلین به جای ژل استفاده نکنید.

پس از ارائه توضیحات و دستورات لازم توسط پزشک برای انجام دقیق کاتتر گذاری باید دستورات زیر را به دقت رعایت نماید:

- ♦ دستهای خود را با آب و صابون به دقت بشویید.
- ♦ در یک موقعیت راحت قرار بگیرید. خوابیده روی تخت، نشستن روی ویلچر یا صندلی.
- ♦ با آب و صابون ناحیه مورد نظر را شستشو دهید.
- ♦ کاتتر را با مقدار کمی ژل آغشته نمایید.
- ♦ تنفس های عمیق دم و بازدم داشته باشید با این کار عبور کاتتر یا سوند راحت تر اتفاق می افتد.
- ♦ هرگز کاتتر را با فشار زیاد عبور ندهید.
- ♦ کاتتر را به آرامی به داخل فرو ببرید تا ادرار از آن تخلیه شود پس از آن هم به اندازه یک سانتی متر دیگر فرو ببرید.
- ♦ کمی وقت صرف فرمایید تا تمام ادرار تخلیه شود.
- ♦ با فشار آهسته به قسمت پایین شکم به تخلیه بهتر ادرار کمک نمایید. البته با فوت کردن های عمیق نیز، تخلیه بهتر اتفاق می افتد.
- ♦ وقتی ادرار تخلیه شد کاتتر را به آرامی خارج کنید.
- ♦ پوست آن ناحیه را کاملاً خوب شستشو داده و ناحیه مرطوب را خشک کنید.
- ♦ همیشه به اندازه، ظاهر و بوی ادرار دقت کافی داشته باشید. ادرار موجود در ظرف را در داخل دستشویی تخلیه نمایید.
- ♦ دستهای خود را با آب و صابون به دقت بشویید.

برای پیشگیری از عفونت ادراری در CIC (کاتتر گذاری متناوب تمیز)، لازم

است اصول زیر را به دقت رعایت نمایید:

- به مقدار فراوان آب بنوشید.
- لباس تنگ استفاده نکنید.
- سوند گذاری را به موقع انجام دهید یعنی قبل از اینکه مثانه بیش از اندازه پر شود.
- حتماً قبل از سوند گذاری دست های خود را به درستی با آب و صابون بشویید. نیازی به پوشیدن دستکش در هنگام گذاشتن سوند ادراری وجود ندارد.