

• دوش گرفتن در حالی که سوند و کیسه به شما وصل است مانعی ندارد مگر آن که دستور دیگری به شما داده باشند.

• وقتی سوند ادراری به شما وصل است از مقاربت جنسی خودداری نمایید.

روش تخلیه سوند ادراری:

• همیشه قبل و بعد از دست زدن به سوند ادراری دست های خود را با آب و صابون بشویید.

• هرگاه که بیش از نیمی از کیسه پر شد، آنرا خالی کنید.

• درپوش کیسه را بسته به نوع کیسه بچرخانید و یا حرکت دهید تا تمام ادرار تخلیه شود، به نوک سوند تخلیه دست نزنید.

• بعد از تخلیه کامل ادرار، درپوش آن را بچرخانید و یا حرکت دهید تا بسته شود و مجدداً دست های خود را با آب و صابون بشویید.

• محل ثابت کردن سوند ادراری لازم است یک در میان جابجا شود (داخل ران برای زنان و بالای ران یا شکم برای مردان) و به طور مطمئن با چسب محکم شود تا از کشیده شدن تصادفی آن پیشگیری گردد.

• کیسه تخلیه ادرار نباید با زمین تماس داشته باشد بهتر است به وسیله چسب از لبه تخت آویزان باشد.

مواردی را که لازم است به پزشک اطلاع دهید:



• اطمینان حاصل کنید که کیسه تخلیه ادرار کشیده نشده، از سوند ادراری جدا نشود و یا سوند ادراری از بدن خارج نشده باشد.

• همیشه مراقبت باشید که لوله و یا کیسه ادرار تا خوردگی نداشته باشد تا تخلیه به راحتی انجام شود.

• اطمینان پیدا کنید که ادرار از سوند جریان یافته و به داخل کیسه تخلیه می شود.

• برای جلوگیری از آلودگی، سوند ادرار را از کیسه تخلیه جدا نکنید.

• سوند ادراری را دستکاری نکنید و از داخل و خارج کردن سوند ادراری خودداری نمایید.

• در خانم ها شستشوی پوست ناحیه تناسلی (از سمت جلو به عقب) و در آقایان شستشوی اطراف مجرای ادراری حداقل روزی 2 بار به وسیله آب و صابون انجام شود، سپس محل کاملاً خشک شده و از پودر استفاده نشود زیرا ممکن است باعث تحریک شود.

هنگامی که به هر دلیل دفع ادرار به طور طبیعی ممکن نباشد، تخلیه مصنوعی به وسیله گذاشتن سوند ادراری در مثانه انجام می گیرد.

سوند ادراری لوله ای است که از راه مجرای ادرار وارد مثانه بیمار شده و ادرار را به بیرون منتقل می کند. لوله ادراری پس از خروج از مثانه وارد کیسه تخلیه می شود، در پایین این کیسه پیچی وجود دارد که وقتی کیسه از ادرار پر شد می توان این پیچ را باز کرد و ادرار آن را تخلیه نمود. این کیسه لازم است پایین تر از سطح بدن قرار گیرد تا جریان ادرار با سهولت انجام شده و از بازگشت دوباره به مثانه جلوگیری شود.



لوله ادراری بوسیله یک بالون بادکنکی کوچک در جای خود محکم می شود. وقتی می خواهند سوند ادراری را بردارند، ابتدا آب یا هوای داخل بادکنک را خارج می کنند تا به مجرای ادرار صدمه وارد نشود.

مراقبت از کیسه و سوند ادراری:

• بهتر است کیسه ادرار همیشه در سطح پایین تر از مجرای ادراری قرار گیرد.



مرکز آموزشی درمانی امین

خود مراقبتی در سوند

ادراری



• بیش از 1/5 لیتر مایعات در روز بنوشید تا از عفونت و تشکیل سنگ جلوگیری شود (نوشیدن مایعات، تنها در موارد منع مصرف توسط پزشک محدود شود).

• نوشیدن مواد سرشار از ویتامین ث مانند: آب لیمو ترش و آب آلو همراه غذا، ادرار شما را اسیدی کرده و عفونت های دستگاه ادراری را به حداقل می رساند.

• از مصرف قهوه، چای پررنگ، نوشیدنی های حاوی کولا، الکل و سایر موادی که دستگاه ادراری را تحریک می کند، اجتناب کنید.

• سوند ادراری لازم است هر 3 الی 4 هفته یک بار تعویض شود.

• در صورت بروز علائم عفونت دستگاه ادراری (تب، لرز، سوزش ادرار، تغییر رنگ و یا کدورت ادرار، درد پهلوها) به اولین مرکز بهداشتی درمانی و یا پزشک خود مراجعه کنید.

• اگر ظرف مدت 4 ساعت و یا بیشتر (بعد از کنترل پیچ خوردگی یا جداشدگی) هیچ ادراری داخل کیسه تخلیه وارد نشده است.

• اگر احساس می کنید که مثانه شما پر است ولی ادراری وارد کیسه نمی شود یا مقدار آن کم است.

• اگر درد جدیدی در پهلو و پشت خود دارید.

• اگر ادرارتان تغییر رنگ داده، تیره شده، خونی به نظر می رسد یا لکه های خونی در آن دیده می شود.

• اگر مجرای ادراری (محل ورود سوند به بدن) قرمز رنگ، متورم و یا حساس شده یا ادرارتان رسوب کرده و یا از محل ورود سوند ترشح چرکی خارج می شود.

• اگر ادرارتان کدورت و یا بوی زننده ای دارد.

• اگر از محل ورود سوند، ادرار نشت می کند.

• اگر سوزش ادرار و یا تب بالای 38 درجه سانتی گراد داشته و احساس لرز می کنید و یا کاهش اشتها، کاهش

انرژی و ناتوانی دارید.

• اگر حالت تهوع یا استفراغ دارید.

نکات قابل توجه:

• توجه داشته باشید که تعویض یا درآوردن سوند ادراری فقط توسط پزشک یا پرستار و به روش استریل انجام شود تا مجرای ادراری صدمه نبیند و یا دچار عفونت ادراری

نشوید.

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	خود مراقبتی در سوند ادراری
تهیه کننده	مریم خان محمدی
تأییدکننده علمی	دکتر مدنی
سمت	مدیر گروه عفونی
تاریخ تهیه	1399
کد پمفلت و بازنگری	1403 PE-INF-18

جهت استفاده از مطالب آموزشی به سایت بیمارستان مراجعه نمایید. www.amin.mui.ac.ir