



دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی بیمارستان توانبخشی رفیده

تهیه کنندگان:

۱. مستقیم

کارشناس ارشد پرستاری سلامت جامعه

واحد آموزش به بیمار

سوند گذاری متناوب تمیز ادراری (CIC)

دربانوان

تابستان ۱۴۰۳

علت مشکل بودن در وارد یا خارج کردن سوند میتواند به دلیل تکنیک نامناسب یا اسپاسم عضلات اسفنکتر باشد . درچنین حالتی به حالت راحت قرار بگیرید و چند نفس عمیق بکشید ، در حالیکه به آرامی بازدم میکنید کاتتر را وارد یا خارج کنید.. زمانیکه ادراری از طریق سوند خارج نمیشود ممکن است که داخل مثانه به دلیل ریزش های مکرر حجمی از ادرار وجود نداشته باشد .

علائم عفونت ادراری را بدانید: (سوزش ادرار ، درد شکم و لگن، بوی بد ادرار ، افزایش اسپاسم) انقباض اندام ها ، دیدن لکه های خون در ادرار و ریزش ادراری از کنار سوند دائم و بین فواصل سونداژ موقت)

تهیه شده توسط تیم کنترل عفونت بیمارستان توانبخشی رفیده

۱۴- در منزل شما نیاز به کیسه ادراری ندارید. ادرار خود را می توانید در سرویس یا ظرف تخلیه کنید. همچنین می توانید یک سوند را در طی یک هفته مصرف کنید. به این منظور سوند نلاتون خود را بعد از هر بار استفاده ، با آب جوشیده سردشده و صابون ملایم بشوید و به طور کامل آبکشی نموده تا آثار صابون کاملاً پاک شود. انتهای نوک ملایم بشوید و به طور کامل آبکشی نموده تا آثار صابون کاملاً پاک شود. انتهای نوک سوند را در جهت بالا قرارداده تا سوند کاملاً خشک شود. (از لمس انتهایی که به مجرای ادرار شما وارد می شود ، خودداری کنید) و تا استفاده بعدی در ظرف تمیز ، خشک و در بسته نگهداری کنید . همچنین در طی این یک هفته ، دوبار می توانید به مدت یک ساعت سوند را در سرکه سفید غوطه ور کنید.

۱۵-دستان خود را بعد از انجام سوندگذاری بشوید.

✚ در هر ۲۴ ساعت باید ۱۵۰۰ سی سی تا ۲۰۰۰ سی سی

مایعات بنوشید.

✚ سوند را در منزل می توان به مدت یک هفته استفاده

کرد و پس دور انداخت.

✚ ظرف نگهداری کاتتر خود را هفته ای یکبار تعویض یا

تمیز کنید.

خون در سوند یا ادرار: گاهی اوقات ممکن است خون در ادرار یا

سوند مشاهده کنید. این غیر معمول نیست به خصوص زمانی که شما در حال یادگیری این موضوع هستید. از ژل بیشتر استفاده کنید . علائم عفونت ادراری را بررسی کنید و در صورت ادامه ی خونریزی به پزشک مراجعه کنید.

سوند گذاری متناوب تمیز ادراری (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 نلاتون (Nalaton) نام دارد . سی آی سی ممکن است به صورت کوتاه مدت یا بلند مدت انجام شود.

تخلیه ی باقیمانده ی ادراری:

هنگام رفتن به توالت معمولاً بیشتر ادرار موجود در مثانه دفع می شود ، با اینحال شرایطی وجود دارد که ممکن است مثانه به طور کامل تخلیه نشود . دلایل شایع عدم تخلیه مثانه به طور کلی شامل این موارد می باشند:

- ✓ عضلات مثانه نمیتوانند به طور موثر منقبض شوند.
- ✓ تاثیر عمل های جراحی مثانه
- ✓ آسیب به اعصاب نخاعی
- ✓ انسداد مجرای ادرار

تخلیه ی مثانه

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 روزو 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 ساعات 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 نمیدارد. اگر این مقدار بیشتر از این باشد ، شما باید در دفعات بیشتری سوند گذاری را انجام دهید.

آیا CIC منجر به عفونت میشود؟

همیشه هنگام استفاده از کاتتر ورود جسم خارجی خطر عفونت وجود دارد، اما سوند گذاری متناوب خطر کمتری از سوند گذاری دائم (استفاده از سوند فولی) می باشد. سی آی سی یک روش استریل نیست ، ولی تا حد امکان باید آن را تمیز انجام دهید . مهم است که ناحیه تناسلی خود را به روش صحیح بشویید و نیز قبل و بعد از سوند گذاری بهداشت دستها را کاملاً رعایت کنید.

مراحل انجام کار:

- ۱- وسایل لازم را جمع آوری کنید:
کاتتر (نلاتون) - روان کننده محلول در آب (ژل) - دستمال مرطوب کننده - شامپو بچه - ظرف ادرار یا کیسه ادراری - سرم شستشو یا آب جوشیده سرد شده.
- ۲- تجهیزات خود را در مکانی تمیز و با دسترسی راحت قرار دهید.
در این مرحله در صورت استفاده از سوند یک بار مصرف برای دسترسی راحت تر به نلاتون ، به اندازه ی ۲-۳ سانتی متر انتهای بسته بندی سوند را باز کنید و کیسه ادراری را به نلاتون وصل کنید.
- ۳- دستهای خود را با آب و صابون یا محلول ضد عفونی کننده دست ضد عفونی کنید.
- ۵- در یک موقعیت راحت قرار بگیرید. خوابیده روی تخت ، نشستن روی توالت یا ویلچر یا ایستادن بالای توالت .
- ۶- ناحیه مجرای ادرار خود را با دستمال مرطوب (یکبار در روز با شامپو بچه) از جلو به عقب همراه با سرم شستشو یا آب جوشیده سرد شده تمیز کنید.
- ۷- بعد از شستشوی ناحیه ی تناسلی لازم است ، مجدد دست های خود را ضد عفونی کنید.
- ۸- بعد از شستن دست ها در این مرحله برای گذاشتن سوند از دستکش استفاده نکنید. پوشیدن دستکش غلط است.

۹- کاتتر را از بسته بندی خارج کنید . طوری کاتتر را در دست بگیرید که ۱۵ - ۱۰ سانتی متر ابتدای سوند (که وارد مجرای ادراری می شود) به هیچ جایی برخورد نکند.

۱۰- ژل روان کننده را از بالا به روی سوند بریزید و دقت نمایید سرژل به سوند برخورد نکند.

۱۱- با یک دست لایبیا را جدا کنید و سپس ۵ سانتی متر از نوک سوند را به آرامی وارد مجرای ادرار کنید و کاتتر را تا زمانی که ادرار جاری شود به سمت بالا هدایت کنید . در صورتی که هنگام عبور سوند با مقاومت روبرو شوید سوند را خارج نموده و در اسرع وقت با پزشک / پرستار خود تماس بگیرید.



۱۲- اجازه دهید ادرار وارد کیسه ادراری یا ظرف مندرج شود و کاتتر تا زمانی که تخلیه کامل ادرار ، در جای خود ثابت قرار دهید . هنگامی که جریان ادرار متوقف شد . کاتتر را به آرامی خارج کنید. در حین خارج کردن اگر ادرار بیشتری شروع به تخلیه کرد خارج کردن کاتتر را متوقف کنید و اجازه دهید مثانه خالی شود و هنگامی که اطمینان داشتید تخلیه ادرار وجود ندارد، کاتتر را خارج کنید. حجم ادراری تخلیه شده را یادداشت نموده یا به یاد داشته باشید.

۱۳- اگر در بیمارستان حضور دارید بعد از استفاده از نلاتون ، آن را داخل کیسه زرد (زباله های عفونی) دور بیندازید.