Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Инструкции по самокатетеризации для женщин

В этом материале разъясняется, как правильно вводить катетер для отведения мочи.

Катетер — это гибкая трубка, которая выводит мочу из мочевого пузыря. Вы самостоятельно вставите катетер в мочеиспускательный канал (маленькая трубка, которая выводит мочу из мочевого пузыря наружу) через отверстие мочеиспускательного канала прямо над влагалищем (см. рисунок 1). Моча будет выводиться с помощью катетера.

О вульве

Вульвой называют ваши наружные половые органы или гениталии (см. рисунок 1). Вульва включает:



Рисунок 1. Вульва

- малые и большие половые губы;
- клитор;
- вход во влагалище;
- железы влагалища, которые находятся в области между вульвой и анальным отверстием (в промежности);
- отверстие мочеиспускательного канала — уретры (трубчатого органа, через который моча выходит из организма).

Как провести процедуру самокатетеризации?

Большинство людей вставляют катетер в туалете, давая моче вытечь в унитаз. Вам дадут контейнер для сбора мочи на тот случай, если вам нужно будет самостоятельно вставить катетер в другом месте.

Чтобы ввести катетер, следуйте приведенным ниже инструкциям.

1. Вымойте руки.
    - Если вы моете руки с мылом, намочите их, намыльте, тщательно трите руку об руку не менее 20 секунд, затем сполосните. Просушите кожу рук одноразовым полотенцем и закройте кран с помощью того же полотенца.
    - При использовании спиртосодержащего антисептика для рук нанесите его на кожу рук и втирайте до полного высыхания.
2. Подготовьте все необходимое на чистой поверхности. Вам потребуется:
    - катетер;
    - смазка на водной основе, например K-Y Jelly®;
    - бумажные полотенца.
    - зеркало для обзора;
    - контейнер для сбора мочи, если вы не можете провести процедуру в ванной комнате.
3. Вымойте вульву водой с мылом. Обязательно просушите эту область перед катетеризацией.
4. Встаньте перед унитазом или сядьте на него. Вы также можете вставлять катетер, находясь в отдельной комнате и используя контейнер для сбора мочи.
    - Для удобства можно воспользоваться зеркалом, чтобы видеть вульву. Возможно, вам придется попросить кого-то подержать зеркало.
    - Если вы стоите, расставьте ноги или поднимите одну ногу и поставьте ее на стул или унитаз.
    - Если вы сидите, приподнимите одну ногу или сядьте в позу лягушки. Чтобы сесть в позу лягушки, согните ноги в коленях, поставьте ступни рядом и разведите колени в стороны. Будет не лишним поставить стол или стул перед унитазом, чтобы было на что опереть ступни.

5. Теперь вы будете вводить катетер в мочеиспускательный канал. Найдите отверстие мочеиспускательного канала прямо над влагалищем и под клитором (см. рисунок 1).
6. Смажьте катетер и возьмитесь за него ведущей рукой (рукой, которой вы пишете).
7. С помощью другой руки разведите половые губы в стороны и потяните вверх.
8. Введите катетер с нанесенной на него смазкой в мочеиспускательный канал (см. рисунок 2). Следите за тем, чтобы не ввести катетер во влагалище.
    - Можете вставить во влагалище марлю, тампон или палец неведущей руки. Это не даст вам ввести катетер во влагалище.
    - Можете также поставить перед собой зеркало, чтобы видеть мочеиспускательный канал и влагалище.

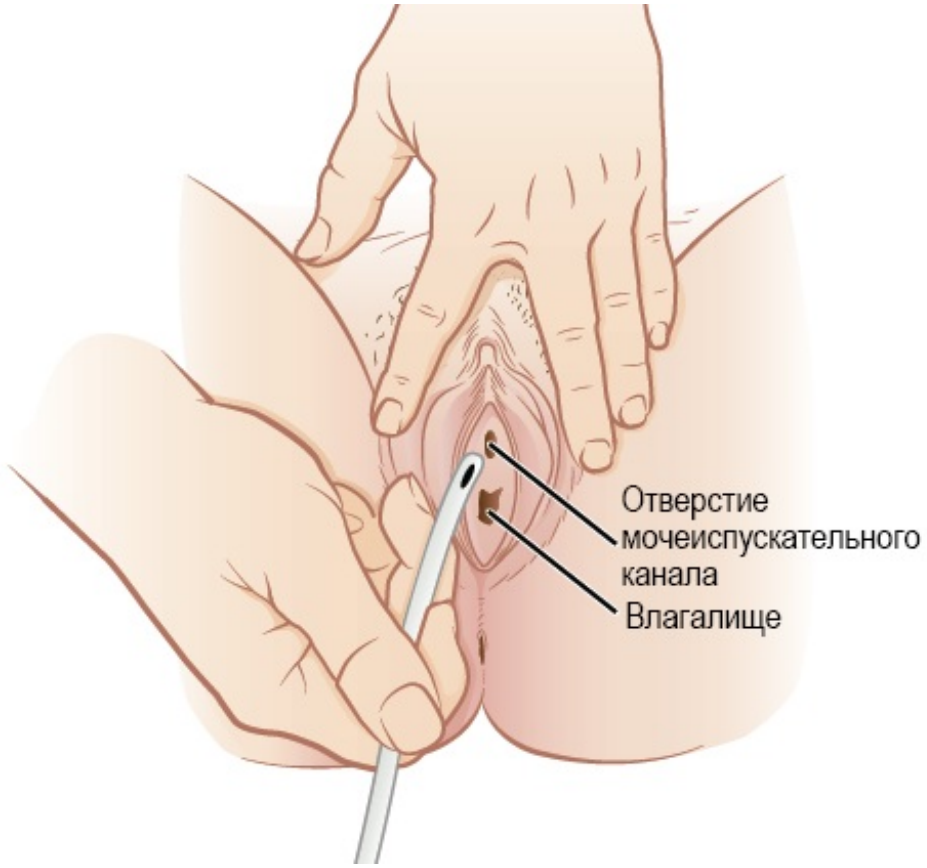


Рисунок 2. Введение катетера

9. Вводите катетер до тех пор, пока не начнет вытекать моча. Придерживайте вставленный катетер, пока моча не прекратит вытекать.
10. Когда отток мочи прекратится, медленно выньте катетер. Если вы использовали тампон или марлю, извлеките их.
11. Для каждой процедуры самокатетеризации следует использовать новый катетер. Если вы вынуждены воспользоваться катетером повторно, обязательно промойте его водой с мылом. Дайте ему высохнуть на воздухе, на чистой поверхности. Храните сухой катетер в чистом месте, накрыв его бумажным полотенцем, или положите его в закрывающийся пакет.
12. Помойте руки, как описано в шаге 1.

У вас всегда при себе должен быть дополнительный катетер на случай непредвиденных ситуаций.

После самокатетеризации

- После катетеризации вы можете ощущать раздражение в мочеиспускательном канале. Это нормально.
- Во время или после катетеризации у вас может начаться кровотечение.
    - Ваша моча может стать светло-оранжевой из-за попадания в нее этой крови, поэтому выпейте воды. Это очистит ваш мочевой пузырь.
- Для каждой процедуры самокатетеризации следует использовать новый катетер. Медсестра/медбрат расскажет вам, как и где можно получить новые катетеры для следующей катетеризации. При необходимости можно повторно воспользоваться тем же катетером, но лучше использовать новый.

Когда следует обращаться к своему медицинскому сотруднику

Позвоните своему медицинскому сотруднику, если у вас:

- температура 101 °F (38,3 °C) или выше;
- озноб;
- боль в тазу;
- боль в боку в области ребер;
- затруднения с введением или извлечением катетера;
- тошнота (ощущение подступающей рвоты);
- рвота;
- возникли какие-либо вопросы или опасения.

Если у вас есть вопросы или опасения, позвоните своему медицинскому сотруднику. Специалист вашей лечащей команды ответит на звонок с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 В другое время вы можете оставить сообщение или поговорить с другим врачом центра MSK. Вы всегда можете связаться с дежурным врачом или медсестрой/медбратом. Если вы не знаете, как связаться со своим медицинским сотрудником, позвоните по номеру 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

Self-Catheterization for Females - Last updated on October 28, 2024
Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center