

男性間歇自行導尿須知護理指導

一、目的：

對膀胱或尿道功能失調的病人，利用間歇自行導尿法來幫助尿液的排出，以減少因尿滯留或長期導尿而造成泌尿道感染的發生。

二、用物準備：

1. 小孩用 8 號，大人用 14 號導尿管。
2. 溫水集中性肥皂。
3. 水溶性潤滑劑。
4. 水溶性優碘溶液
5. 有刻度的盛尿液容器、例如:尿壺。

三、導尿操作步驟：

1. 以肥皂洗淨雙手
2. 將導尿管放在身邊，塗好潤滑劑。
3. 尿道口周圍以中性肥皂確實洗乾淨，擦乾之。
4. 將包皮往後拉露出尿道口，以優點棉棒環狀消毒尿道口及龜頭處。
5. 將陰莖拉直，將塗有潤滑劑的導尿管放入尿道中約 20 公分，如尿道有阻力，管子放不進去時不要太用力推導尿管，應將管子拉出，重新塗潤滑劑
7. 後，再慢慢放入。
8. 讓尿液流乾淨之後，慢慢拿掉導尿管，將包皮推回。



四、導尿管的照顧：

1. 以肥皂洗滌沖淨導尿管內外之後晾乾。
2. 每天早上或晚上，將洗淨的導尿管放在乾淨的容器內以開水煮 15 分鐘。
3. 將消毒好的導尿管晾乾後，放在乾淨的袋子內備用

五、導尿次數：

約 4-6 小時導一次尿，可依導尿量來調整，一次導尿量不可超過 500cc 為宜，

盡可能睡前導尿一次、避免半夜因膀胱膨脹而影響睡眠。

六、注意事項：

1. 導尿前用雙手掌自肚臍以下，以順著輸尿管V型的方向向下腹部，恥骨處移行的向下壓，忌壓一下放一下，一定要用移行的動作小便才會排出。
2. 如突然發燒，下腹疼痛或尿失禁，表示可能有尿路感染，須盡速至醫院進行尿液細菌培養檢查及治療。
3. 導尿時如有少許出血，一般無多大妨礙，但如有大量出血時或持續出血時，須盡速返回醫院治療。
4. 自用導尿管可重覆使用，如果光滑材質破損應立即更換。

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康