

女性間歇自行導尿法須知護理指導

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. 準備導尿管、小孩用 8 號，大人用 14 號導尿管。
2. 溫水及中性肥皂。
3. 水溶性潤滑劑。
4. 沖洗棉棒。
5. 有底座的鏡子。
6. 水溶性優碘溶液
7. 收集尿液的容器。

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. 棉棒包打開倒入少許優碘浸泡沾濕，坐在馬桶上，雙腿張開，背微向後，若由他人協助執行則採屈膝仰臥(即半坐臥)。
4. 以中性肥皂洗淨外陰部（特別注意尿道口附近），然後擦乾之。
5. 先以手指將陰唇張開，找到尿道口，可利用鏡子協助尋找尿道口的位置。
6. 使用棉棒消毒尿道口，請由前往後(由陰蒂往肛門口處)、由外往內擦拭，先擦拭遠端陰唇，再擦拭近端陰唇，最後再擦拭尿道口。
7. 以另一手拿塗有潤滑劑的導尿管插入尿道內約 5-7 公分，並且讓尿液流入收集尿液的容器內。
8. 輕壓下腹部可以幫助排尿，確定完全解乾淨後小心拿出導尿管。

四、導尿管的照顧：

1. 以沙威隆之專用瓶沖淨導尿管內外，每週更換一次以維持殺菌

