

מרפאה אורולוגית
טלפון 08-6403184, פקס 08-6245929

צנתור עצמי של שלפוחית השתן (CIC) הדרכה למטופל

שלפוחית השתן ותפקידה

- שלפוחית השתן היא איבר שרירי דמוי שק הממוקם בחלק האחורי של האגן
- תפקידה של שלפוחית השתן הוא לאגור ולרוקן את השתן ומאחסנת את השתן המסונן בכליות

הפרעה בהתרוקנות של שלפוחית השתן

- הפרעה בהתרוקנות של השלפוחית עלולה להיגרם מהסיבות הבאות:
 - מחלות ופגיעות בשרירי השלפוחית ורצפת האגן
 - ניתוחים שונים בשלפוחית
 - תרופות שונות
 - הפרעות חסימתיות
 - פגמים אנטומיים בדרכי השתן המפריעים לריקון השלפוחית, כגון: סעיף של השלפוחית דלקות.
- גורמים אלה פוגעים ביכולת השריר להתכווץ ועל כן עלולים להיגרם:
 - התרוקנות בלתי מושלמת של השלפוחית
 - שארית שתן גדולה בשלפוחית המהווה קרקע טובה לחיידקים ולהתפתחות זיהומים
 - אצירת שתן (צבירת שתן בשלפוחית)
 - היסוס או תכיפות במתן שתן
 - תחושת נפיחות בבטן תחתונה.
- ההפרעות בהתרוקנות שלפוחית השתן יכולות להיות זמניות או קבועות

צנתור עצמי של שלפוחית השתן CIC בהפרעות ההתרוקנות הזמניות

- מאפשר ניטור וניהול מיטבי של שלבי האגירה וההתרוקנות עד לחזרה תפקודית של השלפוחית
- מטרת ההדרכה היא להקל את תקופת ההסתגלות לפעולה, לסייע לשוב לחיים בריאים ונוחים ולמנוע זיהומים חוזרים בדרכי שתן.

ציוד נדרש

- צנתר בהתאמה לפי מרשם רופא (לנשים- נלטון, לגברים-טימן).
- הצנתר הוא חד פעמי, בעל מבנה עדין, מסוכך ומוכן לשימוש מידי ולהחדרה קלה וידידותית
- פדי גזה סטריליים

- חומר חיטוי אספטי ללא אלכוהול
- לנשים - מראת איפור בגודל בינוני עם רגלית
- אם הצנתור מתבצע על ידי אדם אחר - בן משפחה או מטפל יש צורך בכפפות סטריליות.

אופן הביצוע לגבר

- לרחוץ ידיים במים וסבון
- לחטא את אזור השופכה בתנועות סיבוביות של קצה הפין
- לבחור תנוחה מתאימה – שכיבה או ישיבה
- לפתוח את עטיפת הצנתר מבלי לגעת בקצה המיוחד לכיס השתן
- לרחוץ שוב ידיים
- להימנע ככל האפשר ממגע כלשהו בחלק הצנתר המיוחד לשופכה
- להחזיק את איבר המין ביד אחת בהטיה כלפי מעלה במצב מאונך
- להחדיר לאט את הצנתר דרך השופכה לשלפוחית שתן עד שמתחילה זרימת שתן
- כאשר השתן מפסיק לזרום - למשוך באיטיות את הצנתר כלפי חוץ - על מנת להבטיח התרוקנות מלאה.
- אך אם הזרם מתחדש, יש לעצור עד שהזרם מפסיק לזרום ולהוציא את הצנתר
- לרחוץ ידיים בסיום הפעולה.

אופן הביצוע לאישה

- לרחוץ ידיים במים וסבון
 - לחטא היטב את איזור הנרתיק מלמעלה למטה - מאזור השופכה לכיוון הנרתיק
 - לפתוח את עטיפת הצנתר מבלי לגעת בקצה המיוחד לכיס השתן
 - לרחוץ שוב ידיים
 - ניתן להשתמש בכל תנוחה נוחה: שכיבה, ישיבה, עמידה מעל האסלה או הנחת רגל על כיסא
 - בתחילה מומלץ להיעזר במראה להחדרת הצנתר. לאחר רכישת מיומנות אפשר לנסות ללא מראה
 - לרחוץ ידיים בסיום הפעולה.
- בימים הראשונים, חשוב לבדוק את כמות השתן ולתכנן בהתאם את הזמנים ואת מספר הצנתורים ביום. התרוקנות אידיאלית היא בכמות של 350 – 400 מ"ל שתן בכל צנתור.**

**בברכת בריאות טובה
צוות מרפאה אורולוגית**