

**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**