

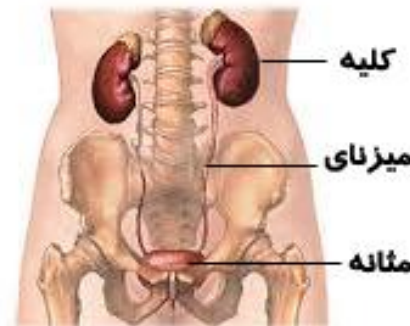
## مثانه نوروزنیک

- مثانه نوروزنیک یعنی مثانه عصبی. میدانید که سیستم عصبی خودکار در بدن ما مثانه و مجاری ادراری را عصب دهی می کند و این اعصاب در احساس پُر شدن مثانه، احساس نیاز به دفع ادرار و کمک به تخلیه ادرار نقش اصلی دارند
- در اوایل با به وجود آمدن اختلال در کار این سیستم، فرد احساس می کند ادرار کمتری دارد، یعنی با این که مثانه اش پُر است چون این حس او کمتر شده برای تخلیه ادرار دیرتر می رود. کم کم با پیشرفت اختلال در کار اعصاب، تخلیه مثانه هم دچار مشکل می شود، یعنی عضلات مثانه به خوبی نمی توانند منقبض شوند و ادرار را خالی کنند، در نتیجه مقداری از ادرار در مثانه باقی می ماند.
- باقی مانده ادرار در مثانه به افزایش احتمال عفونت ادراری منجر می شود .
- با پیشرفت مشکل، حتی به جایی می رسیم که مثانه عملاً کارایی ندارد و بیمار با سونداژ متناوب هر ۴ تا ۶ ساعت یک بار باید ادرارش را تخلیه کند .

## سونداژ متناوب تمیز

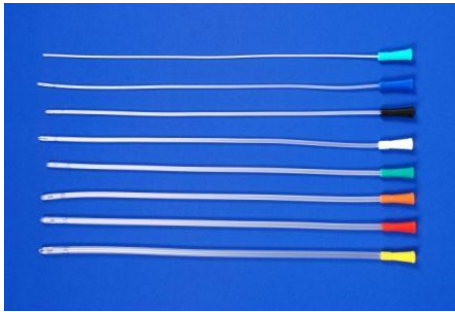
- سونداژ متناوب تمیز سی ای سی کار مشکلی نیست و با کمی تمرین هر کسی حتی کودک ۵ ساله فرامیگیرد. سونداژ متناوب تمیز (CIC) روشی ایمن است
- سی ای سی در واقع راهی است برای تخلیه مثانه در زمانی که تخلیه مثانه به صورت طبیعی انجام نمی شود.

## موقعیت مثانه و مجرای ادرار در بدن



## موارد سونداژ متناوب تمیز

- قادر به تخلیه مثانه نباشید
- بعضی موارد بی اختیاری ادراری
- زمانی که فشار بسیار بالا در مثانه پدید می آید.
- سوند نلاتون یا کاتتر ادراری یا سوند ادراری لوله باریک، توخالی و انعطاف پذیری است که برای جمع آوری ادرار، درون مثانه قرار داده می شود.
- جهت سونداژ متناوب تمیز از نلاتون با سایز ۵ فرنج در نوزادان، ۸ فرنج در شیرخواران، ۱۰ فرنج در نوپایان و بچه های مدرسه رو، ۱۲ فرنج قبل از نوجوانی، ۱۴ فرنج در نوجوانی، و ۱۶ فرنج در بالغین استفاده میشود.



## وسایل مورد نیاز سونداژ متناوب تمیز

- محلول رقیق شده بتادین، پنبه، سوند نلاتون مناسب بیمار، ژل لیدو کائین، ظرف برای جمع اوری ادرار
- به روش معمول ادرار کنید و سپس دستهایتان را تمیز با صابون مایع سه بار بشویید
- محل تمیزی برای اینکار انتخاب کنید: مثلاً توالت فرنگی ضد عفونی شده یا گوشه ی تمیزی از حمام
- وسایل لازم را در دسترس خود قرار دهید.
- با محلول ضد عفونی کننده محل را بخوبی شستشو دهید.
- مقداری از ژل لیدوکائین استریل را روی سوند بریزید تا نوک سوند را پیش از وارد کردن به پیشابراه لغزنده نماید
- پیشابراه را با جدا کردن لب های بزرگ و کوچک ناحیه تناسلی از هم شناسایی کنید



یا من اسمہ دواؤ و ذکرہ شفاء



راهنمای بیمار

## خودمراقبتی در سونداژ مثانه زنان

کد محتوا: ۴۳۲

<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

پیشابراه زنان نسبتاً کوتاه است. هنگامی که مشاهده کردید ادرار از طریق سوند جریان پیدا کرده است به مثانه وارد شده

ممکن است پیش از آنکه سوند به طور کامل داخل مثانه قرار گیرد، در محل اسفنکتر خارجی احساس مقاومت کنید. که باید نفس عمیق بکشید و خود را شل کنید تا عبور سوند به داخل مثانه تسهیل شود.

هیچ گاه سوند را با فشار در داخل پیشابراه نرانید.

پس از تخلیه ادرار سوند را به آرامی خارج کنید  
در صورت مشکل در دفع ادرار شبانه می توانید سوند را به کیسه ادرار وصل نمایید و در نهایت کیسه جمع آوری را در یک وضعیت راحت و در زیر سطح مثانه قرار دهید.

### چه زمانی به پزشک اطلاع داده شود؟

- ✓ زمانی که ادرار درون کیسه ادراری، خونی، کدر و یا بدبو شود
- ✓ هیچ ادراری درون کیسه ادراری جمع نشود و یا خیلی کم جمع شود
- ✓ زمانی که بدون علت خاصی دمای بدن بیمار ۳۸ و یا بالاتر از ۳۸ شد
- ✓ زمانی که سوند سبب ایجاد یک درد ثابت در ناحیه مثانه و پیشابراه شد.

مشاور علمی: دکتر مهتاب ضرغام "متخصص ارولوژی"  
طراحی و تدوین: محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش سلامت"  
منبع: پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث ۲۰۱۸  
بروزرسانی عزیزاله حیدری دفتر آموزش سلامت الزهرا(س)  
اردیبهشت ۱۳۹۹



شست و انگشت اشاره را در قسمت داخلی لبهای کوچک ناحیه تناسلی قرار دهید و انگشتان را مختصراً با کششی آرام باز کرده و به سمت بالا بکشید.



سوند را با دست غالب خود بگیرید، به آرامی نوک سوند را به داخل پیشابراه وارد کنید و به آهستگی آن را داخل پیشابراه به سمت مثانه به جلو برانید.

