回家照顧單張　高雄醫學大學附設中和紀念醫院 泌尿部　張顥瀚醫師

帶著膀胱造廔管回家練習解尿，要注意什麼？

掃描開始記錄　掃描看網頁版

這是一張給**帶著膀胱造廔管回家、練習自己解尿**的你帶回家看的單張。肚皮上那根管子平常是關著的，讓膀胱正常裝尿；有尿意時你先試著自己解，解完再打開閥門，把剩下的尿放出來。**每一次都記下兩個數字，回診時我才看得出膀胱恢復到哪裡。**

> **重點**
>
> 🔴 **每一次都記兩個數字：自己解出多少、打開閥門又流出多少。**
>
> 手機上的〈膀胱造廔訓練日記〉會幫你算好殘尿的比例，回診時存成一張圖片給我看。不方便用手機的話，寫在紙上也可以。
>
> **解不出來不必慌張，打開閥門就好。** 這根管子就是為了讓你可以放心地試。

回家之後，這幾件事要注意

1. **閥門平常關著**，讓膀胱正常裝尿，你才會脹、才會有尿意
2. **有尿意的時候，先試著自己解尿**，用有刻度的容器接起來量
3. **解完之後打開閥門**，把剩下的尿放進量杯，這就是殘尿
4. **兩個數字都要記**：自解量與殘尿量。**解不出來也要記，自解就填 0** —— 那同樣是重要的資訊
5. **脹得很難受還是解不出來，就直接打開閥門**，不要硬憋
6. **晚上睡覺時，原則上睡前接上尿袋、打開閥門讓它流**，安心睡覺；想半夜起來自己解也可以，照白天的方式記
7. **管子用膠帶固定在肚皮上**，翻身、穿脫衣服時不要拉扯到
8. **可以淋浴，但不要泡澡。** 洗完把管子出口擦乾、消毒，換上乾淨紗布；紗布每天換一次，有滲濕要額外換
9. **不要自己拔管**，就算已經解得很順也一樣 —— 什麼時候拔由我看記錄決定；需要換管時，我會在門診安排
10. **回診時把記錄帶來**

什麼時候要提早回診或直接去急診

△ 提早回門診

- 管子出口周圍紅、腫、熱、痛，或流出膿
- 管子周圍一直漏尿
- 尿液混濁、有臭味，或解尿時很痛
- 尿裡有血，而且一直沒有變淡

▲ 不要等門診，直接去急診

- **發燒或寒顫**
- **打開閥門也流不出尿，下腹脹痛** —— 管子可能塞住了
- **管子整根掉出來** —— 洞口會很快縮小，要儘快到醫院處理
- **大量血尿、解出血塊**，或合併頭暈、心悸、臉色蒼白

到急診時請一定要說「**我身上有膀胱造廔管，正在做排尿訓練**」。