

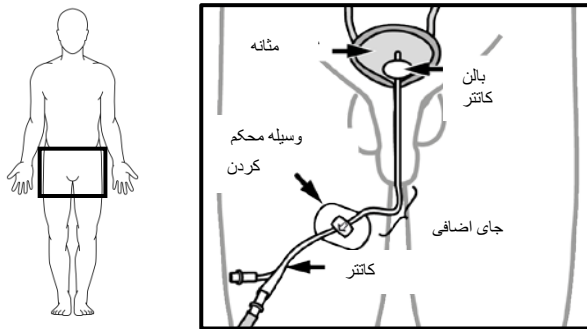
## مراقبت های مربوط به کیسه ادرار در منزل - سیستم 2 کیسه ای

### Caring for Your Urinary Bag at Home – 2 Bag System

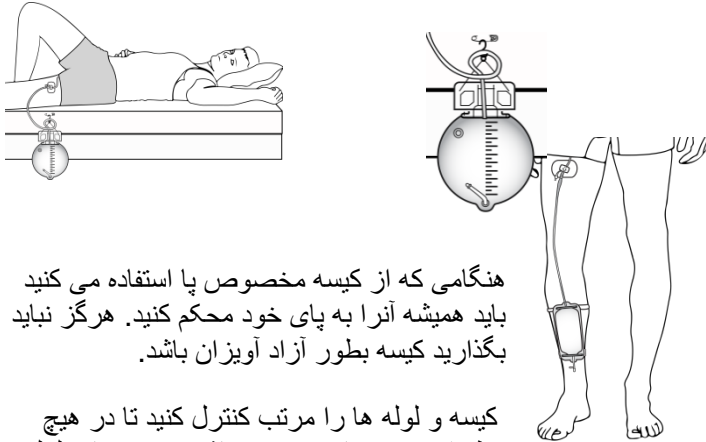
#### مراقبت در منزل

اگر کاتتر را به هر ترتیبی بکشید، مثانه و مجرای ادراری شما آسیب خواهند دید. هرگز کاتتر را نکشید.

همیشه لوله ها را به ران خود محکم کنید. بین نوار (یا وسیله محکم کردن) و مثانه خود جای اضافی بگذارید تا وقتی حرکت می کنید کاتتر کشیده نشود.



هنگامی که از کیسه شبانه بزرگتر استفاده می کنید، باید همیشه آنرا به صندلی یا تختخواب آویزان کرده یا در یک سطل تمیز بگذارید.



هنگامی که از کیسه مخصوص پا استفاده می کنید باید همیشه آنرا به پای خود محکم کنید. هرگز نباید بگذارید کیسه بطور آزاد آویزان باشد.

کیسه و لوله ها را مرتب کنترل کنید تا در هیچ نقطه ای پیچ و تاب نخورده باشند. پیچ و تاب لوله ها می تواند جلوی تخلیه مثانه شما را بگیرد.

کیسه ادرار را هر وقت  $\frac{1}{3}$  تا  $\frac{1}{2}$  پر شد در توالت یا یک ظرف تمیز خالی کنید. هیچوقت نگذارید دهانه خروجی زیر کیسه با توالت یا کف زمین تماس پیدا کند.

شما یک کاتتر ادراری دارید که به یک کیسه ادرار (کیسه تخلیه) متصل است.

#### انواع کیسه های ادراری

- **کیسه های ادراری مخصوص پا** به کیسه های ادراری گفته می شود که حجم 500 میلی لیتر تا 1000 میلی لیتر ادرار را در خود جا می دهند. این نوع کیسه با استفاده از بندهایی روی پای شما قرار می گیرد.
- **کیسه های ادراری شبانه** به کیسه های ادراری گفته می شود که حجم 1500 میلی لیتر تا 2000 میلی لیتر ادرار را در خود جا می دهند. یک قلاب روی این کیسه ها وجود دارد که با استفاده از آن، کیسه را به یک صندلی یا تخت خواب خود آویزان می کنید. اگر از قلاب استفاده نمی کنید، کیسه را در ظرفی تمیز مانند یک سطل بگذارید تا روی زمین نباشد.

کیسه ادرار مورد استفاده شما بدون توجه به نوع آن باید مجهز به یک شیر "یک طرفه" باشد. این شیر جلوی برگشت ادرار به مثانه در وقتی که دراز کشیده اید را می گیرد.

#### چه موقع باید کیسه ادرار را عوض کرد

بسیار مهم است که کاتتر همیشه به کیسه ادرار متصل باشد.

کیسه ادرار بطور ایده آل باید فقط در موارد زیر عوض شود:

- کاتتر ادرار عوض می شود.
- کیسه بو می دهد.
- رنگ کیسه عوض شده است.
- کیسه نشتی دارد.

اما اگر مایل هستید در طول روز از یک کیسه ادرار کوچکتر (کیسه مخصوص پا) و در شب از یک کیسه بزرگتر (کیسه شبانه) استفاده کنید، می توانید مراحل تعویض از کیسه مخصوص پا به کیسه شبانه (صفحه 2) را انجام دهید.

یک پرستار نحوه عوض کردن کیسه ادرار و چگونگی تمیز کردن کیسه های استفاده شده را به شما نشان خواهد داد.

### هنگام خواب -

#### عوض کردن کیسه مخصوص پا با کیسه شبانه

1. برای شروع باید فضای کاری را با تمیز کردن سینک، کانتر و شیرهای سینک آماده کنید.
2. دست های خود را با آب و صابون بشوئید.
3. این لوازم را آماده کرده و در فضای کاری تمیز خود قرار دهید:
  - 2 پد الکلی
  - کیسه شبانه
  - حوله تمیز

4. ادرار داخل کیسه ادرار را در توالت یا یک ظرف تمیز خالی کنید. اطمینان حاصل کنید دهانه خروجی با هیچ چیز تماس پیدا نکند.
5. دست های خود را با آب و صابون بشوئید.
6. حوله تمیز را زیر جایی بگذارید که قرار است لوله کاتتر و لوله کیسه ادرار به هم وصل شوند.
7. درپوش محافظ انتهای لوله کیسه شبانه را بردارید. درپوش را برای تمیز کردن و استفاده بعدی نگه دارید.
8. لوله کاتتر را نزدیک به اتصال روی کیسه مخصوص پا فشار دهید تا بسته شود.
9. لوله کیسه مخصوص پا را از لوله کاتتر جدا کنید.
10. انتهای لوله کاتتر را با یک پد الکلی برای 30 ثانیه تمیز کنید. بگذارید به مدت 30 ثانیه خشک شود.
11. از یک پد الکلی تازه برای تمیز کردن اتصال کیسه شبانه استفاده کنید.

12. بدون اینکه انتهای باز لوله کاتتر و لوله کیسه شبانه را لمس کنید، انتهای لوله کیسه شبانه را تا جایی که امکان دارد وارد انتهای کاتتر بکنید.
13. کنترل کنید و ببینید آیا ادرار وارد کیسه ادرار جدید می شود یا خیر.
14. اگر در یک ظرف تمیز ادرار تخلیه کرده اید، ظرف را خالی کنید. ظرف را با آب گرم آب بکشید.
15. دست های خود را با آب و صابون بشوئید.
16. کیسه استفاده شده مخصوص پا را تمیز کنید.
17. از قلاب روی کیسه شبانه برای آویزان کردن آن به کنار تخت خود استفاده کنید. اگر نمی توانید کیسه را به تخت آویزان کنید، آنرا در یک سطل پلاستیکی تمیز روی زمین بگذارید. این کار مانع تماس یافتن کیسه با کف زمین می شود.

### صبح -

#### عوض کردن کیسه شبانه با کیسه مخصوص پا

1. مراحل عوض کردن کیسه مخصوص پا با کیسه شبانه را تکرار کنید.
2. اگر یک کیسه مخصوص پای جدید وصل می کنید:
  - یک فیچی را برای 30 ثانیه با پد الکلی تمیز کرده و بگذارید 30 ثانیه خشک شود.
  - لوله های کیسه مخصوص پا را به اندازه ای ببرید که بتوانید وقتی کیسه به لوله کاتتر وصل می شود، زانوی خود را راحت خم کنید.
3. بندها را آنقدر محکم کنید که کیسه روی پای شما به پایین سر نخورد. اگر خیلی سفت باشد مانع گردش خون در پای شما می شود.

9. لوله ها را با گیره ببندید.
10. محلول را در کیسه تکان داده و سپس کیسه را افقی قرار دهید. بگذارید برای حداقل 20 دقیقه بماند.
11. گیره لوله را باز کرده و محلول شستشو را از کیسه ادرار و لوله ها تخلیه کنید.
12. کیسه ادرار تمیز شده را در دوش یا وان آویزان کنید. اطمینان حاصل کنید انتهای لوله با هیچ چیز تماس نداشته باشد.
13. داخل و بیرون درپوش محافظ را برای 30 ثانیه با یک پد الکلی تمیز کنید. بگذارید به مدت 30 ثانیه خشک شود.
14. با یک پد الکلی تازه انتهای لوله کیسه ادرار را برای مدت 30 ثانیه تمیز کنید. بگذارید به مدت 30 ثانیه خشک شود.
15. درپوش محافظ تمیز را در انتهای لوله قرار دهید.
16. قیف (یا سرنگ) را بشوئید و آب بکشید. آنها را روی یک حوله تمیز بگذارید تا خشک شوند.
- برای تمیز کردن کیسه ادرار استفاده شده
1. دست های خود را با آب و صابون بشوئید.
2. لوازم خود را آماده کنید:
- 2 پد الکلی
  - سرکه
  - قیف یا سرنگ 60 میلی لیتری
  - پیمانه اندازه گیری تمیز برای مخلوط کردن سرکه و آب
  - حوله تمیز
3. کیسه ادرار استفاده شده را اگر قبلاً خالی نکرده اید خالی کرده و دوباره دست های خود را بشوئید.
4. برای تهیه محلول سرکه، 80 میلی لیتر سرکه (1/3 پیمانه) را با 250 میلی لیتر آب (1 پیمانه) مخلوط کنید.
5. شیر آب را باز کنید. با گرفتن لوله ها زیر شیر و هدایت آب به داخل کیسه آنرا آب بکشید.
6. آب داخل کیسه ادرار را در توالت خالی کنید.
7. دهانه خروجی کیسه ادرار را ببندید.
8. محلول سرکه را با قیف یا سرنگ از انتهای لوله ها وارد کیسه کنید.

[www.healthlinkbc.ca](http://www.healthlinkbc.ca)

HealthLinkBC  
8-1-1 یا 7-1-1 (TTY)

اگر سوال یا مسئله بهداشتی داشتید می توانید در هر زمان تماس بگیرید. HealthLinkBC در تمام 24 ساعت شبانه روز در خدمت شماست.

خدمات به 130 زبان. در صورت نیاز به مترجم شفاهی، اسم زبان خود را به انگلیسی بگوئید. منتظر شوید تا مترجم شفاهی پای تلفن بیاید.

تصاویر © Fraser Health and Vancouver Coastal Health (با کسب مجوز استفاده شده اند)

[www.fraserhealth.ca](http://www.fraserhealth.ca)

این اطلاعات جایگزین توصیه های ارائه کنندگان مراقبت های بهداشتی شما نمی باشد.