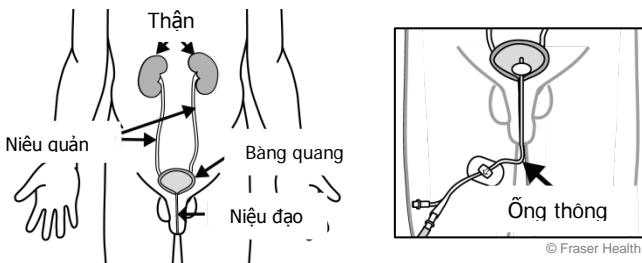


Chăm Sóc Ống Thông Tiểu của Quý Vị ở Nhà

Caring for Your Urinary Catheter at Home

Quý vị có một ống thông tiểu. Ống này tháo nước tiểu từ bàng quang của quý vị vào một túi đựng qua một đường ống. Một quả bóng nhỏ chứa đầy nước ở cuối ống giữ cho nó nằm bên trong bàng quang của quý vị. Ống được nối với túi để nước tiểu thoát vào.



Việc có một ống thông tiểu có thể khiến quý vị có nguy cơ bị nhiễm trùng. Điều quan trọng là phải đọc và hiểu thông tin này để quý vị có thể làm giảm rủi ro bị nhiễm trùng.

Khi nào nên thay ống thông tiểu?

Ống thông tiểu của quý vị cần phải được thay đổi thường xuyên. Bác sĩ gia đình (bác sĩ hoặc y tá cao cấp) và y tá chăm sóc tại gia của quý vị sẽ cho biết khi nào cần thay ống thông.

Khi nào nên thay túi đựng nước tiểu?

Quý vị nên thay túi đựng nước tiểu (túi thoát nước) khi thay ống thông.

Cũng nên thay túi này khi:

- Túi có mùi hôi.
- Túi bị đổi màu.
- Túi bị rò rỉ.

Muốn tìm hiểu cách chăm sóc túi của quý vị, hãy đọc 'Chăm Sóc Túi Nước Tiểu ở Nhà'.

Chăm Sóc Bản Thân

- Luôn rửa tay bằng xà bông và nước trước và sau khi chạm vào ống thông tiểu và túi đựng.
- Uống từ 2 đến 3 lít chất lỏng mỗi ngày (Người có vấn đề về tim hoặc thận cần kiểm tra với bác sĩ gia đình về lượng chất lỏng đúng mức để uống mỗi ngày).

Đối với Nữ Giới

- Rửa sạch nơi mà ống thông vào cơ thể và giữa hai chân của quý vị với xà bông và nước **mỗi tối** (hoặc sáng nếu quý vị tắm ban tối), và **sau mỗi lần đại tiện** (đi tiêu).
- Luôn làm sạch từ phía trước nơi mà ống thông đi vào cơ thể của quý vị cho đến phía sau.
- Lau sạch xà bông bằng vải ẩm và lau khô bằng khăn sạch.

Đối với Nam Giới

- Rửa dương vật của quý vị cẩn thận bằng xà bông và nước **mỗi tối** (hoặc sáng nếu quý vị tắm ban tối), và **sau mỗi lần đại tiện** (đi tiêu).
- Nếu không cắt bao quy đầu, kéo da bọc quy đầu và lau sạch bên dưới.
- Luôn làm sạch từ phía trước nơi mà ống thông đi vào cơ thể của quý vị cho đến phía sau.
- Lau sạch xà bông bằng vải ẩm và lau khô bằng khăn sạch.

Chăm Sóc Ống Thông Tiểu của Quý Vị ở Nhà – tiếp theo Caring for Your Urinary Catheter at Home - continued

Tiếp liệu quý vị cần ở nhà

Quý vị có thể mua tiếp liệu thông tiểu từ cửa hàng tiếp liệu y khoa hoặc nhà thuốc địa phương. Hỏi y tá chăm sóc tại gia hoặc bác sĩ gia đình để biết địa điểm ở khu vực của mình.

Một số chương trình bảo hiểm có thể bao gồm phí tổn tiếp liệu của quý vị vì vậy điều quan trọng là phải kiểm tra với họ.

Hãy chắc chắn rằng quý vị có nguồn tiếp liệu sau đây trong nhà của quý vị:

- một ống thông tiểu mới (cùng cỡ và loại mà quý vị đang sử dụng)
- một túi thoát nước tiểu mới có van 'chống chảy ngược'
- gạc hay khăn lau có cồn
- thùng chứa sạch để đổ nước tiểu vào
- thiết bị giữ ống thông tại chỗ hoặc băng y tế
- kéo sạch (chỉ cho túi đeo chân)
- phễu hoặc ống tiêm 60mL
- dấm
- ly hay cốc đo sạch

chỉ dành cho hệ thống 2 túi

Khi nào cần trợ giúp

Gọi y tá chăm sóc tại gia hay bác sĩ gia đình của mình nếu thấy có **bất kỳ** điều nào sau đây.

- Nước tiểu bị rò rỉ chung quanh ống thông.
- Nước tiểu trong túi thông rất ít hoặc không có trong 4 giờ qua và quý vị cảm thấy bàng quang mình bị đầy.
- Nước tiểu có mùi hôi hoặc đổi màu.
- Quý vị thường cảm thấy yếu hoặc mệt mỏi.
- Quý vị bị ón lạnh hoặc sốt trên 37.8 °C.
- Quý vị mới bị đau trong vùng bàng quang và/hoặc ở lưng (dưới xương sườn).
- Khu vực nơi ống thông đi vào cơ thể của quý vị bị đỏ, sưng, hoặc mềm.
- Quý vị có những thay đổi về cách suy nghĩ và điều này mới lạ đối với quý vị.
- Quý vị sống với chấn thương tủy sống và chú ý thấy **bất kỳ** điều nào sau đây:
 - một hoặc nhiều dấu hiệu liệt kê ở trên
 - co thắt cơ nhiều hơn bình thường
 - nhức đầu
 - cảm giác khó chịu trong dạ dày của mình
 - cảm giác mệt mỏi ngay cả sau khi ngủ

Nếu quý vị không thể liên lạc với y tá chăm sóc tại gia và/hoặc bác sĩ gia đình:

- Hãy gọi số **8-1-1** (HealthLinkBC) để nói chuyện với một y tá chính thức, hoặc
- Đến Phòng Cấp Cứu gần quý vị nhất.

Nếu quý vị thường có vấn đề với ống thông hoặc việc tự luân ống, hãy nói chuyện với y tá chăm sóc tại gia hoặc bác sĩ gia đình. Quý vị có thể cần phải đi khám bác sĩ tiết niệu (urologist) hoặc chuyên viên chăm sóc sức khỏe khác.

HealthLinkBC

www.healthlinkbc.ca
8-1-1 hoặc 7-1-1 (TTY)

Gọi bất cứ lúc nào quý vị có bất kỳ thắc mắc hoặc quan ngại nào về sức khỏe. HealthLinkBC làm việc 24 giờ.

Có sẵn với 130 ngôn ngữ. Muốn có dịch viên, hãy nói ngôn ngữ của quý vị bằng tiếng Anh. Chờ cho đến khi thông dịch viên lên tiếng trên điện thoại.

www.fraserhealth.ca

Thông tin này không thay thế lời khuyên chuyên viên chăm sóc sức khỏe dành cho quý vị.