

## العناية بالقسطرة البولية Urinary Catheter Care

لقد رتبنا لك موعداً مع طبيب المسالك البولية (طبيب أخصائي في أمراض الجهاز البولي).

We have arranged for you to see an urologist.

الطبيب / Doctor:

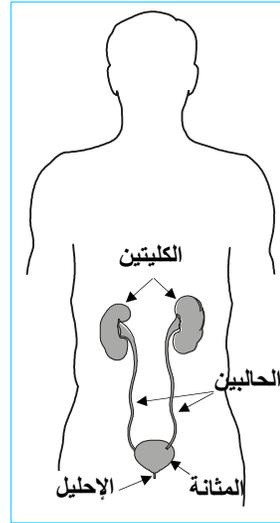
الموعد / Appointment:

### إذهب إلى أقرب قسم للطوارئ في حالة ما:

- إذا نزلت كمية قليلة جداً من البول أو لم ينزل بول على الإطلاق في كيس التفريغ لمدة 4 ساعات أو أكثر و كنت تشعر بأن مثانتك البولية ممتلئة.
- إذا تغير لون البول أو أصبح يبدو داكناً.
- إذا كان بولك يبدو كالماء أو بدت عليه جلطات دموية كبيرة.
- إذا كان بولك يُصدر رائحة كريهة جداً.
- إذا كانت المنطقة المحيطة بالمكان الذي تدخل فيه القسطرة إلى جسمك حمراء، أو منتفخة، أو لينة.
- إذا حصل لديك استنزاف قيح حول المكان الذي تدخل فيه القسطرة إلى جسمك.
- إذا كان البول يتسرب حول المكان الذي تدخل فيه القسطرة إلى جسمك.
- إذا أحسست بالضيق والإنزعاج في معدتك مع تحفيز للقيء (الغثيان) أو إذا قمت بالاستفراغ (القيء).
- إذا كانت لديك قشعريرة أو حمى تتجاوز 38.5 درجة مئوية (101.3 درجة حسب مقياس فهرنهايت الحراري).

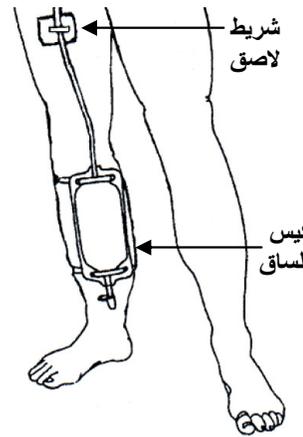
### لمعرفة المزيد، يُستحسن أن تسأل:

- طبيب أسرتك.
- إختصاصي البول والمسالك البولية.
- إتصل بـ HealthLinkBC على رقم 1-8-1-1 (للصم وضعاف السمع 1-7-1-1) أو اذهب على شبكة الانترنت [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca)



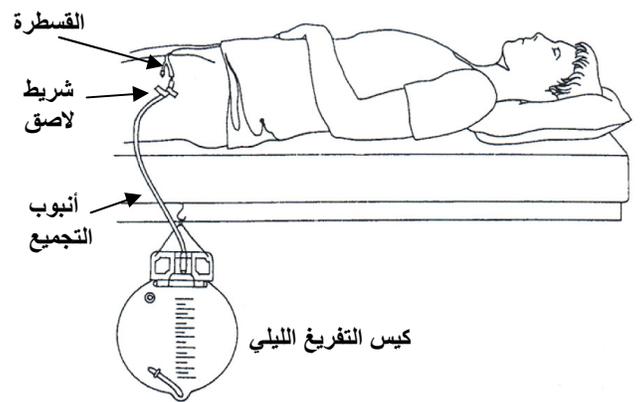
القسطرة البولية هي أنبوب خالي من الجراثيم (أو معقم) يمر عبر الإحليل (مجرى البول) إلى المثانة. قسطرتك البولية تسمح بتفريغ ماء البول عبر المثانة. و يقوم باللون صغير في إحدى نهايات الأنبوب بحفظه داخل المثانة.

يتم توصيل قسطرتك بأنابيب التجميع. والتي تؤدي إلى كيس التفريغ.



خلال النهار، يمكنك استخدام كيس الساق. وهو مطوق حول بطة ساقك، كما هو موضح في الصورة. هذا يتيح لك التنقل بسهولة أكثر.

في الليل، تقوم بتوصيل قسطرة التفريغ بكيس أكبر يسمى كيس الليل.



### كيفية العناية بقسطرتك

اغسل يديك دائماً بالماء والصابون قبل و بعد استعمال القسطرة، أو الأنايب، أو الأكياس.

إمسح دائماً من الأمام إلى الخلف بعد كل حركة أمعاء (دخول المرحاض للتبرز).

قم بغسل المنطقة الواقعة بين ساقيك وحول القسطرة بالماء والصابون على الأقل مرة واحدة يومياً. قم بالغسل من الأمام إلى الخلف دائماً.

الإغتسال هو الخطوة الأكثر أهمية لمنع انتشار الالتهاب.

هذا الرمز

يُذكرك بغسل يديك.

### إفراغ كيس التفريغ

افتح السدادة.

- قم بصب كل البول في المرحاض.
- لا تلمس نهاية فتحة المصّب. إذا لمست الفتحة عن طريق الخطأ، فقم بتنظيفها بالماسحات الكحولية.
- أغلق السدادة.

### كيس الساق

- استخدم دائماً الأحزمة لربط كيس الساق على ساقك.
- قم بإفراغ كيس الساق كل ثلاث إلى أربع ساعات، أو عندما يصبح نصفه ممتلئاً.

### كيس التفريغ الليلي

- قم بجمع لوازمك: كيس الليل، الشريط اللاصق، والماسحات الكحولية.
- قم بتفريغ كيس ساقك.
- قم بفصل وصلة كيس الساق عن القسطرة وضعه جانباً.
- قم بإزالة الغطاء الواقي على أنابيب التجميع من كيس الليل. حافظ على هذا الغطاء مربوطاً بكيس الساق.
- قم بربط أنابيب كيس الليل دون لمس النهايات المفتوحة للقسطرة أو أنابيب التجميع.
- قم بإصاق الأنبوب بالساق الأقرب لطرف السرير. قم بتعليق كيس الليل بحزام أو بحزام المعطف المنزلي إلى أن تكون على استعداد للذهاب إلى السرير للنوم.
- قم بتنظيف كيس الساق.
- في الصباح، قم بتفريغ كيس الليل واتبع الخطوات لوصله بكيس الساق.
- قم بتنظيف كيس الليل.

لا تقم بحركة سحب أو جذب على القسطرة. تأكد من أن القسطرة ليست ممتدة، وأن كيس التفريغ لا يقوم بحركة شد أو جذب على القسطرة. لأن هذا يمكنه أن يُتلف الأنسجة.

قم دائماً بربط أنبوب القسطرة إلى فخذك بشريط لاصق لكي لا تنتزع.

تأكد من عدم وجود عُقد في أحد أنابيب التجميع. العُقد في الأنابيب تمنع تدفق البول من المثانة.

أبقِ كيس التفريغ دائماً تحت مستوى مثانتك لكي يتم تفريغ البول بشكل صحيح.

حافظ على كيس التفريغ فوق الأرض دائماً. قم بوضع كيس الليل في سطل نظيف من البلاستيك لمنعه من لمس الأرض وأيضاً في حالة ما إذا حصلت تسربات في كيس الليل.

إشرب 8 إلى 10 أكواب (ما بين لترين إلى لترين ونصف) من السوائل كل يوم (إلا إذا أخبرك طبيبك بغير ذلك). ويعتبر الماء أحد أفضل خيارات السوائل، ولكن يمكن أن تشمل أيضاً سوائل أخرى كالحليب، والعصير، والشوربة، وكميات قليلة من القهوة والشاي.

### معاني الكلمات

**الكُلَيْتَانِ (الكُلَى)** - وهي أعضاء على شكل حبة فاصوليا تقوم بأخذ المُخَلَفَات من الدم وتُكوِّن البُول.

**الحالب (الحالبين)** - هذه الأنابيب الصغيرة تحمل البُول من الكليتين إلى المثانة.

**المثانة (العَضْو الَّذِي يَتَجَمَّع فِيهِ البُول)** - هذا العضو الأجوف يجمع ويحمل البُول إلى أن يتمكن من الخروج من الجسم.

**الإحليل (مَجْرَى البُول)** - هو الأنبوب الصغير القصير الذي يحمل البُول من المثانة إلى خارج الجسم.

**البُول** - سائل النفايات التي تفرزها الكُلَيْتَانِ ويسمى عادة "البُول".

**التَبَوُّل** - وهي عملية نقل البُول إلى خارج الجسم، ويطلق عليها 'الذهاب إلى المراض' أو "دخول الخلاء".

### تنظيف أكياس التفريغ

قم بتفريغ الكيس.

- قم بتنظيف الكيس بعد فصله. أفضل مكان لتنظيف الكيس هو حوض الاستحمام.
- أسكب الماء والصابون على الأنابيب وعلى الكيس. قم بتنظيف الكيس بالماء وجفّه.
- استخدم قمعاً صغيراً، أسكب ربع كوب (50 مل) من الخلّ الأبيض و كوباً واحداً (250 مل) من الماء في الكيس عَنَر الأنابيب.
- قم بهزّ الكيس بلُطْف.
- أفرغ الكيس تماماً.
- ضع الكيس على منشفة نظيفة معرضاً للهواء ليجفّ.
- امسح الرابط بماسحات كحولية.
- قم بتغطية نهاية الرابط بغطاء واقى نظيف.

يمكنك الحصول على الماسحات الكحولية من الصيدلية. يمكنك الحصول على أكياس بديلة من مخازن الإمدادات الطبية وبعض الصيدليات.

الصور مستخدمة بإذن من: 'التهاب الكُلَيْتَانِ - الرجوع إلى البيت' (يوليو 2010) من طرف Providence Health Care (بروفيدانس للرعاية الصحية) و 'الرجوع إلى البيت بقسطرة بولية' (أغسطس 2011) من طرف Vancouver Coastal Health (فانكوفر الساحلية للصحة).

Images used with permission from 'Kidney Infection – Going Home' (July 2010) by Providence Health Care and 'Going Home with a Urinary Catheter' (August 2011) by Vancouver Coastal Health.