

Co to jest samocewnikowanie?

Informacje i zalecenia

Samocewnikowanie przerywane

to bezpieczny i skuteczny sposób opróżniania pęcherza moczowego przy użyciu cienkiego, elastycznego cewnika. Pacjent samodzielnie wprowadza cewnik do pęcherza przez cewkę moczową kilka razy dziennie – zgodnie z zaleceniem lekarza.



Kiedy się je stosuje?

- Jeśli nie jesteś w stanie samodzielnie opróżnić pęcherza w całości.
- W przypadku zalegania moczu po mikcji.
- Przy częstych infekcjach dróg moczowych, spowodowanych zalegającym moczem.
- W nietrzymaniu moczu z przepełnienia.
- Po niektórych operacjach urologicznych lub neurologicznych.



Jakie są zalety samocewnikowania?

- Zmniejsza ryzyko zakażeń układu moczowego.
- Pozwala uniknąć stałego cewnika.
- Poprawia komfort życia i poczucie niezależności.
- Pomaga chronić nerki przed uszkodzeniem.
- Jest możliwe do wykonania samodzielnie w domu.



Jak wykonać samocewnikowanie?

1. Przygotowanie
 - Umyj ręce i okolice cewki moczowej.
 - Usiądź lub stań w wygodnej pozycji.
2. Cewnik
 - Użyj jednorazowego cewnika zalecanego przez lekarza.
 - Jeśli jest niepowlekany – zastosuj jałowy żel urologiczny.
 - Hydrofilowy cewnik jest najczęściej gotowy do użycia.
3. Wprowadzenie cewnika
 - Delikatnie wprowadź cewnik do cewki moczowej aż do momentu, gdy popłynie mocz.
 - Pozwól moczowi swobodnie wypłynąć do naczynia lub toalety.
4. Po zakończeniu
 - Powoli wyjmij cewnik.
 - Wyrzuć cewnik, jeśli jest jednorazowy.
 - Umyj ręce.



Jak często?

- Zazwyczaj 4–6 razy dziennie.
- Godziny i częstotliwość dobierze lekarz w zależności od ilości oddawanego moczu lub zalegania w pęcherzu.



Wskazówki i środki ostrożności

- Zawsze zachowuj higienę rąk i okolic intymnych.
- Nie używaj ponownie cewnika jednorazowego.
- Zwracaj uwagę na objawy infekcji:
 - gorączka, dreszcze
 - pieczenie przy mikcji
 - zmętnienie lub nieprzyjemny zapach moczu
- Zgłoś się do lekarza, jeśli wystąpią objawy infekcji lub zauważysz krew w moczu lub odczuwasz silny ból.



Rodzaje cewników

- Niepowlekane (zwykłe): wymagają użycia jałowego żelu.
- Hydrofilowe: pokryte specjalną warstwą ułatwiającą wprowadzenie – gotowe do użycia lub aktywowane wodą.
- Specjalistyczne: np. Tiemanna – dla mężczyzn z przerostem prostaty lub zwężeniem cewki.

**Porozmawiaj z lekarzem
lub pielęgniarką o:**

- Wyborze odpowiedniego cewnika.
- Naucze prawidłowej techniki cewnikowania.
- Indywidualnym planie opróżniania pęcherza.