

# การสวนปัสสาวะแบบสะอาดเป็นครั้งคราว

แบ่งออกเป็น 2 แบบ คือ

1. สวนปัสสาวะด้วยตนเอง
2. ให้ผู้อื่นสวนปัสสาวะให้ ถ้าผู้ป่วยไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้



สายสวนปัสสาวะแบบใช้ซ้ำ



สายสวนปัสสาวะแบบใช้แล้วทิ้ง



## ทำสวนปัสสาวะด้วยตนเอง

ผู้หญิง: นั่งยองๆ แยกขาออก หรือยืนโดยให้เท้าข้างหนึ่งเหยียบบนเก้าอี้ เอากะจกสอดดูท่อปัสสาวะ หรือ ใช้นิ้วมือคลำก็ได้

ผู้ชาย: ยืนหรือนั่ง

## อุปกรณ์การสวนปัสสาวะ

- สายสวนปัสสาวะ
- น้ำยาฆ่าเชื้อโรคแซฟลอน(savlon-สีเหลือง) หรือสบู่ วิธีผสมน้ำยาฆ่าเชื้อโรค: น้ำต้มสุก 500 มิลลิลิตร(ซีซี) : แซฟลอน 5 มิลลิลิตร(ซีซี)
- น้ำต้มสุก 1 ขวด(เปลี่ยนทุกวัน)
- สำลีสะอาด
- สารหล่อลื่น(ปราศจากเชื้อ)
- ภาชนะ 2 ใบ(ใบเล็กใส่น้ำยาฆ่าเชื้อ ใบใหญ่ใส่น้ำปัสสาวะที่สวนออกจากตัวผู้ป่วย)
- กระจกเงา(ใช้สอดดูท่อปัสสาวะ แต่ถ้าผู้ป่วยสวนปัสสาวะชำนาญแล้ว ไม่จำเป็นต้องใช้กระจกเงา)

## วิธีการสวนปัสสาวะ

1. ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่ 2 ครั้ง(ควรตัดเล็บให้สั้นและไม่สวมเครื่องประดับ)
2. เตรียมอุปกรณ์การสวนให้พร้อมที่จะสวนปัสสาวะและสายสวนปัสสาวะที่นำออกมาจากการแช่น้ำยาฆ่าเชื้อแล้ว ให้ล้างด้วยน้ำต้มสุกก่อนที่จะนำมาสวนปัสสาวะ
3. จัดทำสวนปัสสาวะ
4. ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่อีก 2 ครั้ง
5. ทำความสะอาดบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์ด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อโรค ในกรณีที่ต้องไปสวนปัสสาวะนอกบ้าน ไม่สะดวกในการนำน้ำยาฆ่าเชื้อโรคไปด้วย สามารถใช้สบู่ล้างบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์และท่อปัสสาวะได้

## วิธีการสวนปัสสาวะ

6. ใช้สำลีเช็ดบริเวณปากท่อปัสสาวะ แล้วจับสายสวน โดยห่างจากปลายด้านสายสวนปัสสาวะประมาณ 1 นิ้ว ทาสารหล่อลื่นปลายสายเข้าท่อปัสสาวะ ลึกลงสุดสายสวนปล่อยให้ น้ำปัสสาวะไหลลงภาชนะรองรับหรือโถส้วม
7. เมื่อน้ำปัสสาวะจากสายสวนหยุดไหล ใช้มือข้างหนึ่งจับสายสวนไว้ ส่วนมืออีกข้างหนึ่งกดเหนือหัวเหน่า ซึ่งเป็นบริเวณที่อยู่ของกระเพาะปัสสาวะ จะมีน้ำปัสสาวะไหลออกมาอีก เมื่อน้ำปัสสาวะจากสายสวนหยุดไหลให้ดึงสายสวนออกทีละนิดพร้อมกับกดเหนือหัวเหน่า ทำซ้ำจนแน่ใจว่าน้ำปัสสาวะไหลออกหมดแล้ว จึงดึงสายสวนออกจากท่อปัสสาวะ
8. ล้างบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์และท่อปัสสาวะด้วยน้ำสะอาดหรือ ใช้ผ้าชุบน้ำสะอาดเช็ดบริเวณดังกล่าวให้แห้ง



### การเตรียมของใช้ในการสวนปัสสาวะครั้งต่อไป

1. ล้างอุปกรณ์การสวนปัสสาวะทั้งหมดด้วยน้ำสบู่ แล้วล้างด้วยน้ำสะอาด เช็ดให้แห้ง
2. นำสายสวนที่ล้างสะอาดแล้วมาแช่น้ำยาฆ่าเชื้อโรคในหลอดพลาสติก โดยเทน้ำยาฆ่าเชื้อโรคในหลอดพลาสติกให้ถึงขีดนูนข้างหลอด นำสายสวนปัสสาวะใส่ลงในหลอดพลาสติกให้น้ำยาฆ่าเชื้อโรคไหลเข้าไปอยู่ในสายสวนปัสสาวะและปิดหลอดพลาสติกไว้

(ข้อควรจำ: ทุกครั้งที่นำสายสวนแช่น้ำยาฆ่าเชื้อโรคต้องเอาฝาจากปิดปลายสายสวนปัสสาวะไว้ทุกครั้งเพื่อสะดวกในการนำสายสวนออกมาจากหลอดพลาสติกในการใช้ครั้งต่อไป)

### ข้อควรจำ

1. จำนวนการสวนปัสสาวะต่อวันควรเป็นหน้าที่ แพทย์ผู้รักษาเป็นผู้กำหนดให้
2. ควรสวนปัสสาวะให้ตรงกับเวลาที่กำหนด การสวนปัสสาวะเมื่อมีเวลาส่งผลให้ปัสสาวะคั่งค้างอยู่ในกระเพาะปัสสาวะนานๆ อาจยิ่งทำให้มีการอักเสบติดเชื้อง่ายขึ้น
3. ถ้าคุณพบว่า มีแรงต้านขณะสอดท่อสวนปัสสาวะเข้าไปในรูเปิดท่อปัสสาวะ อย่าใช้แรงมากดันหรือรีบเร่งที่จะสอดท่อสวนปัสสาวะเข้าไป ให้หยุดสอดและหายใจเข้าออกช้าๆ 2 - 3 ครั้งหรือไอบ่างๆ พร้อมกับดันสายสวนด้วยแรงคงที่เข้าไปขณะที่กล้ามเนื้อผ่อนคลายสายสวนจะเข้าไปได้ง่าย
4. อย่าเลิกสวนปัสสาวะเอง โดยที่ไม่ได้ปรึกษาแพทย์ผู้รักษา หากพบปัญหาให้รีบปรึกษาแพทย์