

清潔間歇性自我導尿法-女性篇

適用於尿滯留、需長期留置尿管或排尿困難的病人，透過學習清潔導尿方式，降低尿路感染及提升生活品質

◆ 用物準備

自我導尿套組一組：(導尿管、消毒容器)、潤滑劑、有刻度容器一個、鏡子、消毒溶液(導尿管專用，需自行購買)

◆ 執行步驟

1. 先如廁並記錄解尿量。
2. 使用清水或肥皂將雙手及會陰部洗淨。
3. 坐於馬桶上或採半坐臥，將雙腿打開。
4. 將導尿管取出塗上潤滑劑。
5. 以手指撥開陰唇尋找尿道口(可用鏡子輔助)。
6. 將導尿管前端放入尿道，深度約5-7公分，尿液流出後再放入2公分，導尿管末端置於容器內。
7. 尿液停止流出後，緩慢將導尿管拉出。
8. 記錄時間、導尿量、顏色。

◆ 導尿管維護

1. 導尿管可重複使用，除非有磨損或斷裂
2. 使用完畢以自來水或白開水清洗，甩乾後放入消毒容器中
3. 消毒方式及導管使用期限建議依衛材說明為主

◆ 注意事項

1. 若有頻尿、解尿疼痛、或發燒應盡快掛號就醫
2. 導尿頻率請遵照醫療團隊指示

參考資料來源：成大總院 7B

製作單位：5W

製作日期：111.02

修訂日期：113.06

DL-05-1-003



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您