

Czyste przerywane cewnikowanie

Program edukacyjny dla rodzica

Spis treści

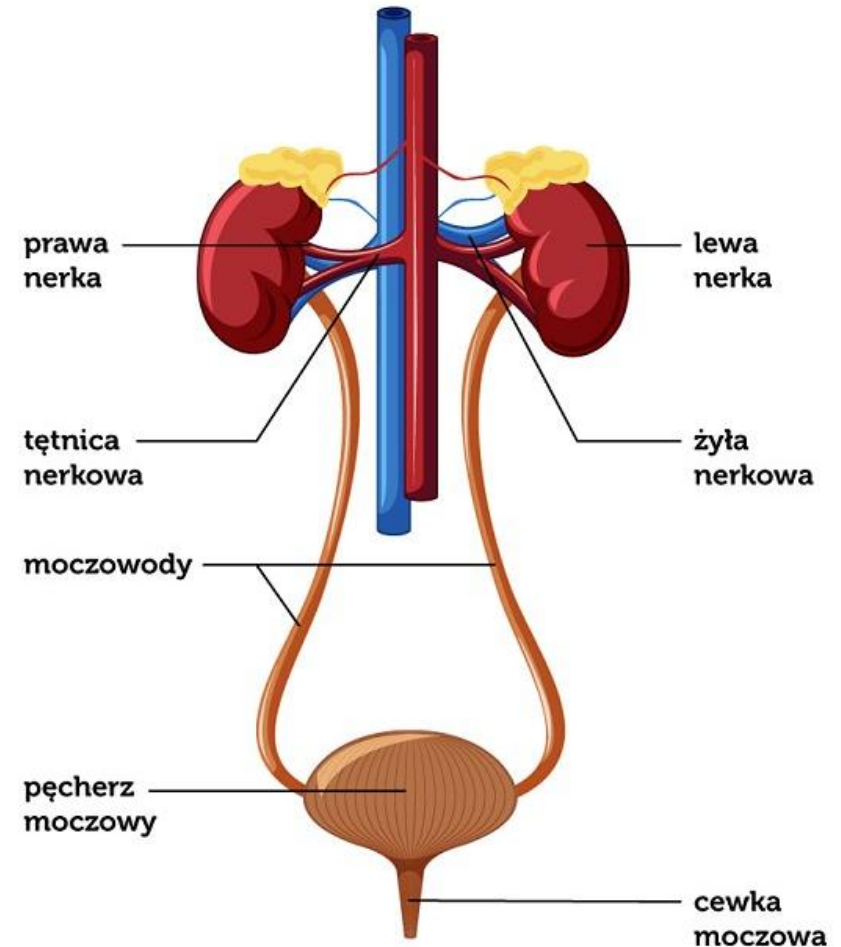
1. Budowa układu moczowego
2. Zestaw do czystego przerywanego cewnikowania dziecka
3. Procedura cewnikowania:
 - a. higieniczne mycie i dezynfekcja rąk:
 - b. jak umyć ujście cewki moczowej u chłopca i dziewczynki
 - c. jak w kilku krokach wykonać cewnikowanie
4. Objawy zakażenia układu moczowego:
 - a. niewymagające pilnej interwencji lekarskiej
 - b. wymagające pilnej interwencji pediatry
5. Profilaktyka zakażeń układu moczowego

1. Budowa układu moczowego

Układ moczowy odpowiada za powstawanie, gromadzenie i wydalanie moczu.

W jego skład wchodzi:

- Nerki
- Moczowody
- Pęcherz moczowy
- Cewka moczowa



2. Zestaw do czystego cewnikowania przerywanego dziecka

Stwórz własny zestaw, który ułatwi Ci przeprowadzenie procedury cewnikowania.

Potrzebujesz:

- łatwego dostępu do pomieszczenia z bieżącą wodą i mydłem o neutralnym pH,
- płynu do dezynfekcji rąk (ustaw go w zasięgu ręki, tak aby można było go użyć bezpośrednio przed procedurą cewnikowania, np. zawieszony obok łóżeczka/przewijaka),
- bawełnianych wacików,
- pojemnika z podziałką lub worka do zbiórki moczu.



3. Procedura cewnikowania

a. higieniczne mycie i dezynfekcja rąk

Znajomość i umiejętne przeprowadzenie higienicznego mycia rąk potrafi skutecznie zminimalizować ryzyko wystąpienia i rozprzestrzeniania się zakażeń. Dlatego warto zapoznać się i wdrożyć metodę Ayliffe'a, rekomendowaną przez Ministerstwo Zdrowia.



Higieniczne mycie rąk (metoda Ayliffe'a)



1. Zwilżyć wodą dłonie.
2. Nanieść mydło w płynie w takiej ilości, aby pokryć całą powierzchnię dłoni.
3. Pocierać dłońią o dłoń.
4. Pocierać wewnętrzną stroną prawej dłoni o grzbietową część lewej dłoni.
5. Spłęść dłonie wewnętrznymi stronami do siebie i pocierać przeplecionymi palcami.
6. Pocierać grzbietową powierzchnię zgiętych, złączonych palców jednej dłoni pod zgiętymi palcami drugiej dłoni i odwrotnie.
7. Kciuk prawej dłoni ująć w lewą dłoń i wykonać ruch wokół palca. Zmienić dłonie.
8. Pocierać obrotowo opuszkami palców prawej dłoni zagłębienie dłoniowe lewej dłoni. Zmienić ręce.
9. Ręce starannie opłukać pod bieżącą wodą przez następne 10-15 sek., tak aby woda spływała w kierunku palców.
10. Wysuszyć ręce używając jednorazowego ręcznika.

Opracowano w ramach zadań badawczych prowadzonych przez Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego PZH – Państwowy Instytut Badawczy finansowanych przez Ministra Zdrowia na podstawie umowy nr NIZP PZH-PIB/2021/1094/1056.

b. Jak umyć ujście cewki moczowej u chłopca i dziewczynki?

Chłopiec:

Delikatnie odciągnij napletek jedną ręką, drugą umyj żołądź bawełnianym wacikiem nasączonym wodą, przesuając od góry do dołu, następnie, używając kolejnego wacika, umyj okolicę ujścia cewki moczowej.

Każdy wacik użyj tylko 1 raz.

Pozostaw napletek odciągnięty i wykonaj procedurę cewnikowania

Zasada 2x1

- 1 wacik
- 1 przetarcie okolicy ujścia cewki moczowej
- kierunek od góry w dół

Dziewczynka:

Jedną ręką rozchyl wargi sromowe, a drugą ręką umyj okolicę warg sromowych, przesuając wacik od góry do dołu (w kierunku odbytu), następnie, używając kolejnego wacika, umyj okolicę cewki moczowej.

Każdy wacik użyj tylko 1 raz.

Cały czas trzymaj wargi sromowe rozchylone i wykonaj procedurę cewnikowania.

Zasada 2x1

- 1 wacik
- 1 przetarcie okolicy ujścia cewki moczowej
- kierunek od góry w dół

c. Jak w kilku krokach wykonać cewnikowanie?

Przygotuj miejsce i niezbędne przedmioty do wykonania procedury.

- Umyj i osusz ręce (według metody Ayliffe`a).
- Przygotuj jednorazowy cewnik. Przyklej go w dogodnej odległości tak, aby był w zasięgu ręki, przytrzymaj i otwórz opakowanie, pociągając w dół do momentu, gdy kolorowa końcówka cewnika będzie widoczna.
- Zdezynfekuj ręce.
- Umyj okolicę cewki moczowej przygotowanymi wcześniej wacikami.
- Wyjmij cewnik z opakowania, trzymając poniżej kolorowej końcówki, która nie jest pokryta warstwą hydrofilową. **Uważaj, aby niczego nie dotknąć.** Gdyby jednak tak się wydarzyło, nie przejmuj się i przygotuj kolejny cewnik. Dzięki temu unikniesz ryzyka wprowadzenia bakterii do pęcherza moczowego.
- Delikatnie wprowadź cewnik przez cewkę (opór w początkowej fazie spowodowany jest zwieraczem cewki). Wprowadź cewnik głębiej i skieruj końcówkę w dół do przygotowanego pojemnika (ważne, aby mocz pod wpływem grawitacji swobodnie wypływał z pęcherza).
- Gdy mocz przestanie wypływać przez cewnik, wysuń go o ok. 1 cm, obracając przy tym końcówkę. Wykonuj tę czynność do momentu całkowitego wyjęcia końcówki z cewki moczowej.
- Wyrzuć zużyty cewnik.
- Umyj i osusz ręce.
- **Pochwal dziecko za współpracę i cierpliwość.**





WAŻNE

Jeśli jesteś z dzieckiem poza domem, nie obawiaj się wykonać cewnikowania w toalecie, np. w centrum handlowym.

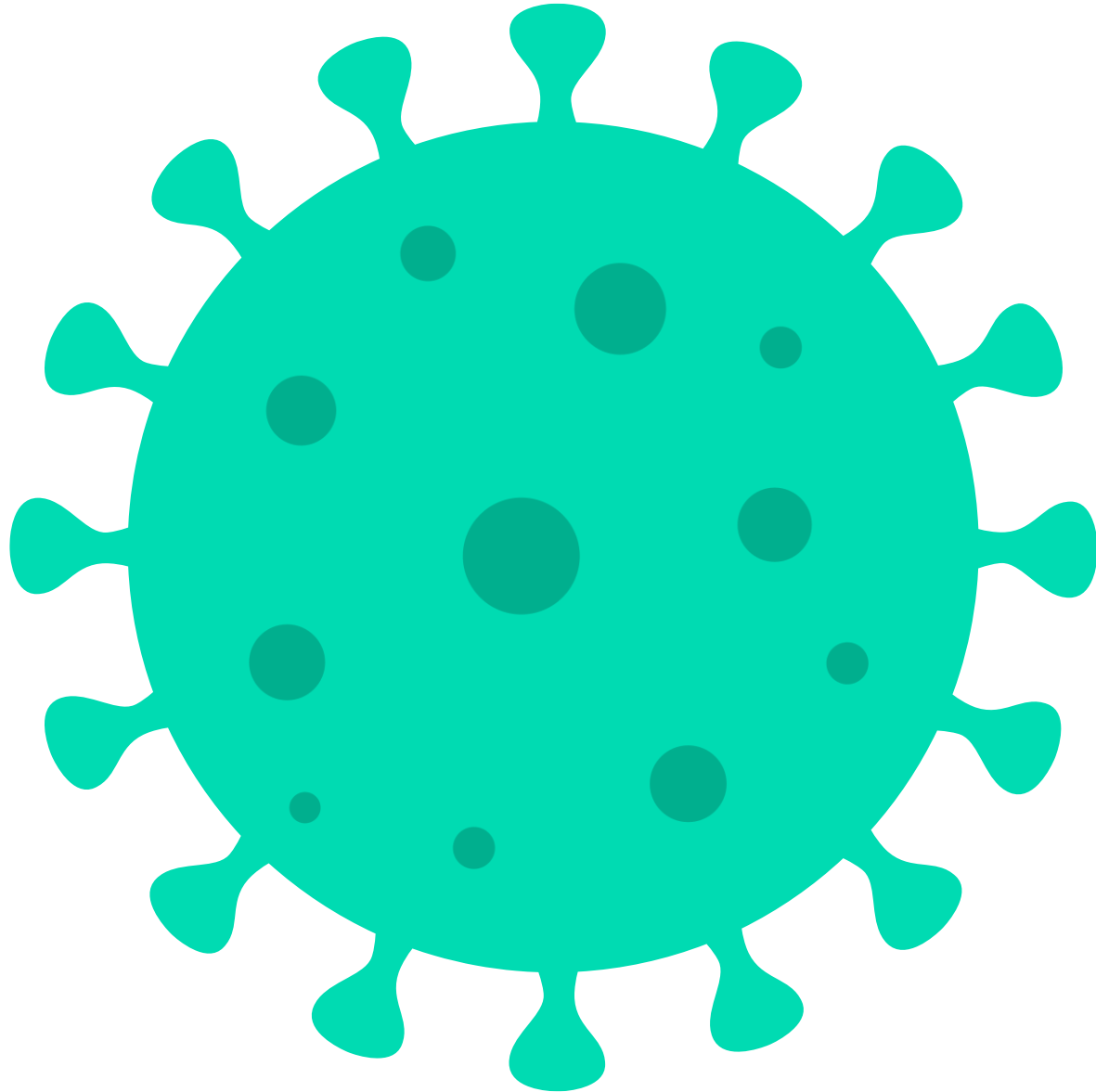
- Zdezynfekuj ręce preparatem do dezynfekcji rąk (miej go zawsze w torebce, dołączając do "zestawu podróżnego").
- Zachowując sterylność cewnika i dbając o czystość okolicy cewki moczowej (myjąc zgodnie z zasadą 2x1), bez przeszkód możesz wykonać procedurę.

Zestaw podróżny

Zestaw podróżny ułatwi Ci wykonanie cewnikowania w warunkach poza domem. Skompletuj go dodatkowo, np. jako torebkę gotową do zabrania w dowolnym momencie.

- podkład jednorazowy (jeżeli wykonujesz cewnikowanie w pozycji leżącej),
- chusteczki nawilżane,
- płyn do dezynfekcji rąk,
- cewnik jednorazowy (liczbę sztuk dostosuj do czasu, jaki będziesz przebywać z dzieckiem poza domem, mając w zapasie dodatkowy cewnik),
- woreczek do zbiórki moczu.





4. Objawy zakażenia układu moczowego

Cewnikowanie pęcherza moczowego może wiązać się z potencjalnym wprowadzeniem do układu moczowego bakterii, dlatego tak ważne jest, aby procedurę cewnikowania wykonywać przestrzegając zasad aseptyki.

Jeżeli zauważysz objawy zakażenia układu moczowego:

- skontaktuj się z lekarzem pediatrą,
- wykonaj badanie ogólne moczu oraz posiew moczu.

Objawy, na które należy zwrócić szczególną uwagę

a. Nie wymagają pilnej interwencji lekarza:

. **zmiana koloru moczu** (prawidłowy mocz jest przejrzysty, jasny, "słomkowy"),

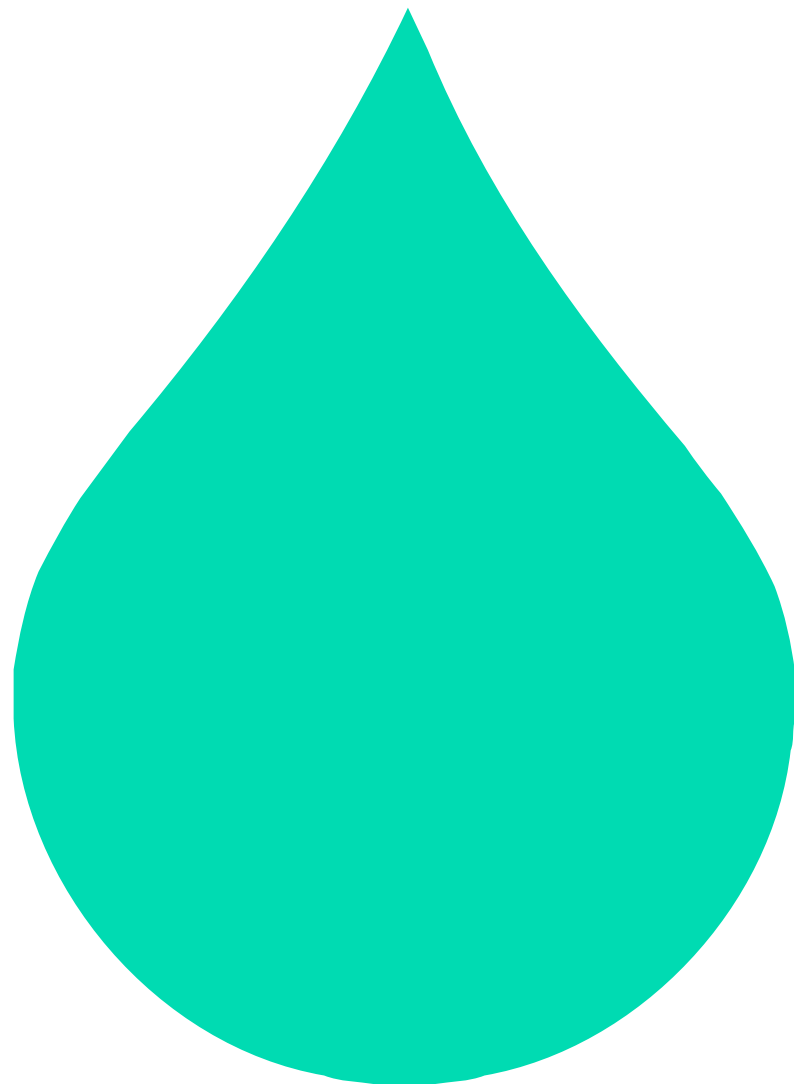
. **zapach moczu** (ostry, nieprzyjemny zapach może świadczyć o rozwoju bakterii),

. na tym etapie możesz poradzić sobie sam, podając dziecku większą ilość wody i produkty bogate w wit. C.

b. Wymagają pilnej interwencji lekarza pediatry:

- . **ból w podbrzuszu,**
- . **gorączka >38`C,**
- . **ból w okolicy nerki** (plecy z prawej/lewej strony okolicy lędźwiowej),
- . **nudności, wymioty,**
- . **zmniejszony apetyt.**

Wykonaj badanie ogólne
oraz posiew moczu.



Profilaktyka zakażeń układu moczowego

1. Picie odpowiedniej ilości wody:

Wzór na zapotrzebowanie na płyny:

- na pierwsze 10 kg masy ciała – 100 ml/kg
- na drugie 10 kg masy ciała + 50 ml/kg
- na każdy kolejny kilogram masy ciała +20 ml/kg

2. Dbanie o higienę okolicy krocza (przemywanie wodą i wycieranie w kierunku od góry w stronę odbytu).

3. Utrzymanie ciepła w okolicach dróg moczowych:

- unikaj sadzania na zimnej podłodze,
- korzystając z basenu, zmieniaj mokry strój kąpielowy/ pieluszkę,
- osuszając dokładnie okolice krocza, zapobiegasz wychłodzeniu.

Profilaktyka zaparć

Dbając o regularne wypróżnienia, możesz zapobiegać gromadzeniu się i zaleganiu moczu w pęcherzu moczowym, zmniejszając tym samym ryzyko zakażeń.

- Stosuj dietę bogatą w warzywa i owoce, a także błonnik pokarmowy, aby wspomóc pracę jelit i poprawić konsystencję stolca.
- Wspieraj dziecko i zachęcaj do regularnej aktywności fizycznej, wpływa to korzystnie na perystaltykę jelit.
- Zasięgnij porady dietetyka, aby razem zmieniać nawyki żywieniowe dziecka.

Bibliografia

- <https://www.mp.pl/pacjent/nefrologia/choroby/chorobyudoroslych/57153,budowa-ukladu-moczowego>
- <http://przeglad-urologiczny.pl/artykul.php?1639>
- <https://urologdzieciocy.com/artykul/przerywane-czyste-cewnikowanie-cic>
- <https://cewnikujsiesam.pl/co-to-jest-cewnikowanie-przerywane/>
- <https://www.medexpress.pl/leki-technologie-medyczne/cewniki-hydrofilowe-pilna-potrzeba-dzieci-z-rozszczepem-kregoslupa-80907/>
- <http://przeglad-urologiczny.pl/artykul.php?2412>

Opracowanie: Klinika Chirurgii i Urologii Dzieci i Młodzieży