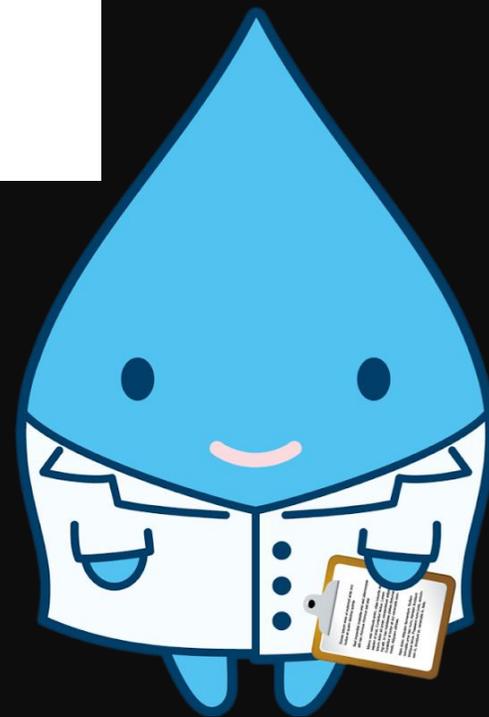


自己導尿

男性Ver



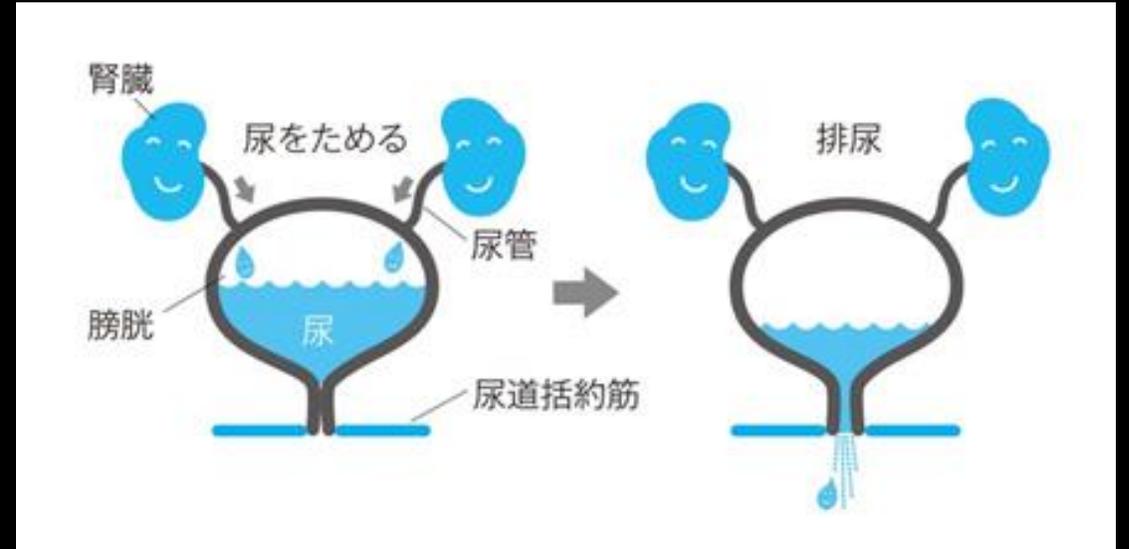
はら泌尿器科クリニック
原 浩司



通常の排尿運動

尿は腎臓で作られて尿管を
通って膀胱へ流れていきます。

膀胱に一定量の尿がたまると
体外へ排尿されます。



尿が出せないと・・・

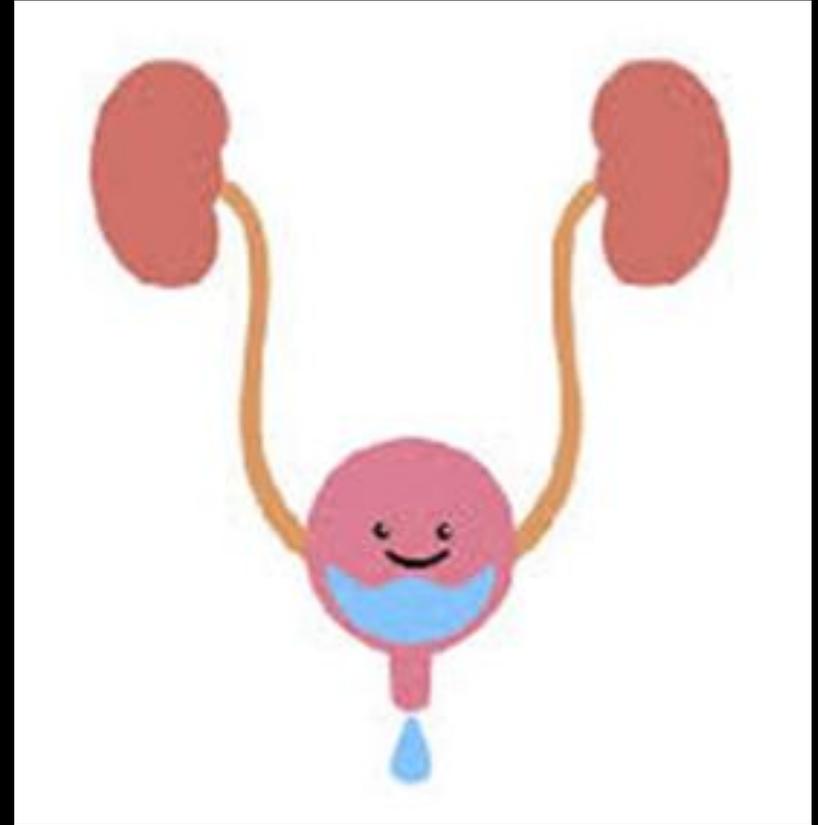
尿が出せなくなると、
膀胱が尿でいっぱいになってしまいます。

その結果、膀胱内の圧力が高まって腎臓へ
逆流してしまい、腎臓機能に障害を与えて
しまいます。



自己導尿とは？？

自己導尿は排尿障害などの原因で尿を上手に出せなくなった場合に、それを助ける手段の一つです。具体的には、尿が膀胱にたまったら、自らの手でカテーテルと呼ばれる管を尿道から入れて尿を出す方法です。



自己導尿とは??

自己導尿は、尿が膀胱にたまったら、自らの手でカテーテルと呼ばれる管を尿道から入れて出す方法です。

これは膀胱に優しく尿路感染の危険も少ないため、とても優れた方法です。



自己導尿のメリット

本来の排泄方法とほぼ同じなので

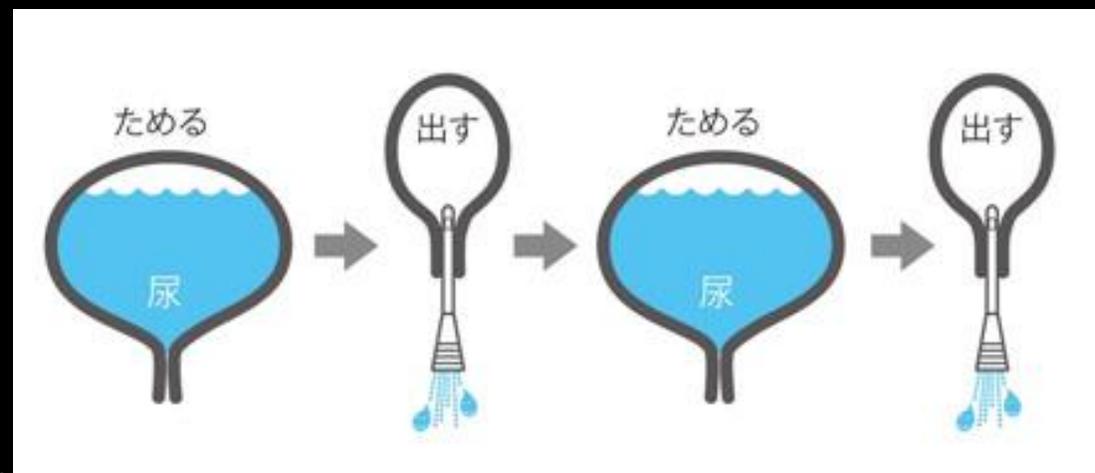
通常的生活を送りやすい

膀胱機能の維持や改善に繋がることもある

感染リスクが少ない

自己導尿のメリットは、膀胱に尿を溜めてから出すという、本来の機能を活かした処置になります。

そのため、膀胱の機能回復に繋がる可能性があるというのが最大のメリットです。



自己導尿のデメリット

1

自分で処置を覚える必要がある

2

排尿のたびに処置が必要なので、1日複数回になることもある。

3

外出の際に荷物が増える

4

毎回カテーテルを交換しなくてはならない。

自己導尿の方法として

挿入前

- ①流水と石鹼で手指を十分に洗淨してください。
 - ②必要時、尿道口（陰部）を清潔にします。
 - ③導尿しやすい姿勢をとり、尿器を取りやすい位置に置きます
-



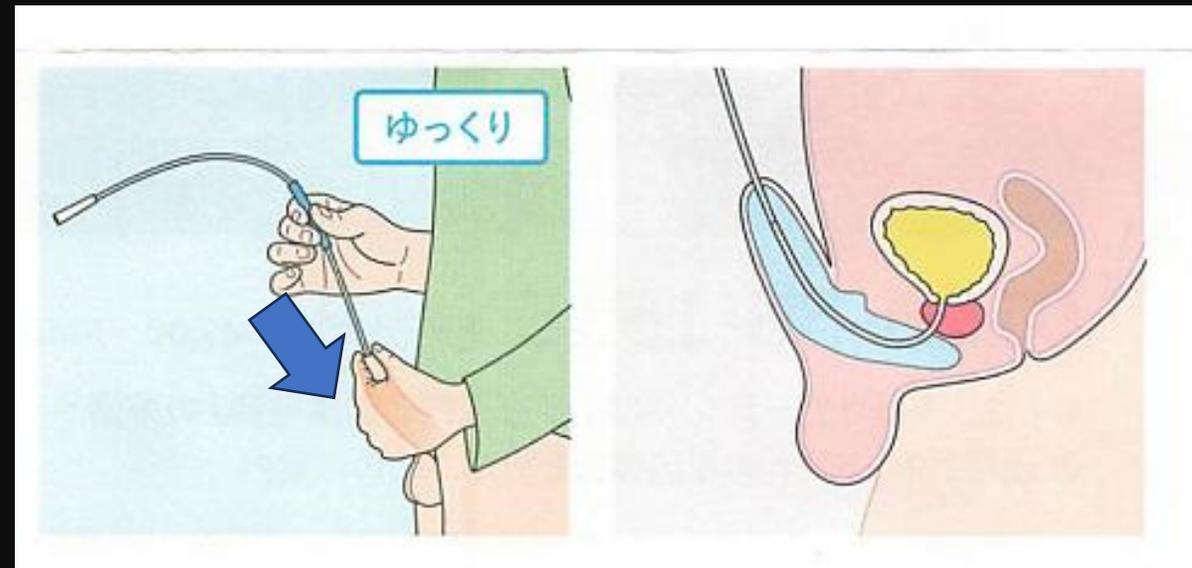
自己導尿 方法

挿入方法

①尿道口より膀胱内にカテーテルを挿入します。ペニスを90°の角度に保持し、上に持ち上げるようにして静かに尿道口より15~20cmほどカテーテルを挿入します。

②ペニスを下に向けて、尿を出します。

③残尿は感染の原因になるため、尿の流出が少なくなったら、腹圧を少しかけて、尿の流出をはかってください。



自己導尿 方法

④カテーテルを少し引き、尿の流出状況を見ながら、少しずつカテーテルを動かし、静かにカテーテルを引き抜きます

⑤使用したカテーテルは再利用せずに廃棄してください。（各自治体のごみの廃棄方法に従ってください。）

