

## การสวนปัสสาวะเป็นระยะด้วยตนเอง

### ( Intermittent self urethral catheterization)

#### คำจำกัดความ (Definition)

การสวนปัสสาวะเป็นระยะด้วยตนเอง เป็นการสอนให้สวนปัสสาวะเป็นระยะ โดยพยาบาลผู้สอนจะเป็นผู้ประเมินเพื่อค้นหาผู้ที่พร้อมที่จะเป็นผู้เรียน ซึ่งอาจจะเป็นผู้ป่วยเองหรือผู้ดูแล (ในกรณีที่ผู้ป่วยไม่สามารถสวนปัสสาวะด้วยตัวเองได้) จากนั้นจะวางแผนการสอนและสอนพร้อมทั้งสาธิตการปฏิบัติและติดตามประเมินผลหลังการสอน จนกว่าผู้เรียนจะสามารถปฏิบัติได้ถูกต้องครบถ้วนตามเกณฑ์ที่กำหนด ซึ่งเรื่องที่คุณเรียนจะต้องเรียนและฝึกปฏิบัติ มี 3 เรื่อง คือ

1. ขั้นตอนและเทคนิคการสวนปัสสาวะด้วยตนเอง
2. การตรวจและบันทึกจำนวนปัสสาวะ
3. การทำความสะอาดอุปกรณ์และการทำลายเชื้อ

#### วัตถุประสงค์ (Objective)

เพื่อให้ผู้เรียน รู้และสามารถปฏิบัติได้ถูกต้องและครบถ้วนในเรื่อง

1. เทคนิคการสวนปัสสาวะด้วยตนเอง
2. การตรวจและบันทึกจำนวนปัสสาวะ
3. การทำความสะอาดอุปกรณ์และการทำลายเชื้อ

#### อุปกรณ์ (Equipment)

##### ในผู้ป่วยหญิง

1. สายสวนปัสสาวะแบบสวนด้วยตนเอง (Self-cath) มีลักษณะเป็นสายยาว 13 เซนติเมตร ปลายด้านหนึ่งสำหรับสอดเข้าทางรูเปิดท่อปัสสาวะ ปลายอีกด้านหนึ่งสำหรับระบายน้ำปัสสาวะออก ซึ่งจะมีจุกเสียบไว้ และตัวสายจะอยู่ในหลอดพลาสติกที่สามารถใส่น้ำยาฆ่าเชื้อแช่สายได้
2. ขันรองน้ำปัสสาวะ
3. สำลี

4. น้ำยาฆ่าเชื้อ เช่น Providine solution
5. ถุงมือสะอาด
6. ครีมหล่อลื่น เช่น K-Y jelly
7. สบู่ก้อน หรือสบู่เหลว
8. ผ้าเช็ดมือสะอาด
9. กะละมังหรือถังใส่น้ำสะอาด
10. น้ำเกลือ 0.9%NSS
11. กระจกเงามีขนาด 5x7 นิ้วแบบปรับมุมได้
12. กล่องไม้หรือเก้าอี้ที่ที่นั่งสูงจากพื้นประมาณ 6 นิ้ว
13. กระบอกหรือขวดตวงน้ำปัสสาวะ
14. แบบบันทึกปริมาณน้ำดื่มและปัสสาวะในผู้ป่วยที่ฝึกขับถ่ายปัสสาวะ
15. น้ำยาแช่สายสวนปัสสาวะ : แอลกอฮอล์ 70%
16. แบบบันทึกการสอน การสวนปัสสาวะด้วยตนเอง (ส่วนที่2)

หมายเหตุ :

รายการที่ 1-12 ใช้ประกอบการสอนวิธีการสวนปัสสาวะด้วยตนเอง รายการที่ 2 ให้ใช้อุปกรณ์ที่ปราศจากเชื้อ ในการสาธิตและฝึกปฏิบัติผู้สอนสามารถใช้ชุดสวนปัสสาวะที่มีอยู่ในโรงพยาบาลได้

รายการที่ 11-12 สำหรับผู้ป่วยหญิงที่กำลังกล้ำมเนื้อหา เกรด 4-5 และนั่งทรงตัวได้มั่นคงเป็นผู้สวนปัสสาวะ

รายการที่ 13-14 ใช้ประกอบการสอนวิธีการตวงน้ำปัสสาวะ และการลงบันทึกในแบบบันทึก

รายการที่ 15 ใช้ประกอบการสอนวิธีการทำลายเชื้อ

รายการที่ 16 ใช้ประกอบการบันทึกหลังการสอน

### ในผู้ป่วยชาย

1. สายสวนปัสสาวะแบบสวนด้วยตนเอง(Self-cath) มีลักษณะเป็นสายยาว 30 เซนติเมตร ปลายด้านหนึ่งสำหรับสอดเข้าทางรูเปิดหลอดปัสสาวะ ส่วนปลายอีกด้านหนึ่งมีรูสำหรับระบายน้ำ

ปีศาจออก ซึ่งมีจุดเสียบไว้ และตัวสายบรรจุอยู่ในหลอดพลาสติกที่สามารถใส่น้ำยาฆ่าเชื้อ  
ได้

2. ขันรองน้ำปีศาจ
3. ผ้าสี่เหลี่ยมเจาะกลาง
4. ปากคีบ
5. สำลี
6. น้ำยาฆ่าเชื้อ เช่น Providine solution
7. ถุงมือสะอาด
8. ครีมหล่อลื่น เช่น K-Y jelly
9. กะละมังหรือถังใส่น้ำสะอาด
10. ผ้าเช็ดมือสะอาด
11. สบู่ก้อน หรือสบู่เหลว
12. น้ำเกลือ 0.9%NSS
13. กระบอกหรือขวดตวงน้ำปีศาจ
14. แบบบันทึกปริมาณน้ำคัมและปีศาจในผู้ป่วยที่ฝึกจับถ่ายปีศาจ
15. น้ำยาฆ่าเชื้อสำหรับสายสวนปีศาจ ได้แก่ แอลกอฮอล์ 70%
16. แบบบันทึกการสอน การสวนปีศาจด้วยตนเอง (ส่วนที่2)

#### หมายเหตุ

รายการที่ 1-12 ใช้ประกอบการสอนวิธีการสวนปีศาจด้วยตนเอง รายการที่ 2 ให้ใช้อุปกรณ์ที่  
ปราศจากเชื้อ ในการสาธิตและฝึกปฏิบัติผู้สอนสามารถใช้ชุดสวนปีศาจที่มีอยู่ในโรงพยาบาลได้โดยคีบ  
ปากคีบที่ปราศจากเชื้อเพิ่มลงไปในชุดสวนปีศาจ

รายการที่ 13-14 ใช้ประกอบการสอนวิธีการตวงน้ำปีศาจ และการลงบันทึกในแบบบันทึก  
ทางการพยาบาล

รายการที่ 15 ใช้ประกอบการสอนวิธีการทำลายเชื้อ

รายการที่ 16 ใช้ประกอบการบันทึกหลังการสอน

## การประเมิน (Assessment)

ประเมินแบบแผนการขับถ่ายปัสสาวะของผู้ป่วย ประเมินระดับความรุนแรงของข้อจำกัด และกิจกรรมที่เป็นข้อจำกัดของการขับถ่ายปัสสาวะ เช่น การผ่าตัดสะโพก หรือการบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง ซึ่ง มีผลโดยตรงกับผู้ป่วย ประเมินข้อจำกัดอื่นๆ ที่ขัดขวางกระบวนการสอดใส่สายสวนปัสสาวะ เช่น ท่อปัสสาวะตีบ หรือเมื่งกระเพาะปัสสาวะ ตรวจสอบกระบวนการของการขับถ่ายของเสีย แผล และสารน้ำต่างๆ อุปกรณ์ต่างๆ ที่ขัดขวางกระบวนการขับออกของปัสสาวะ ประเมินว่ากระเพาะปัสสาวะเต็มหรือไม่ สอบถามเกี่ยวกับการแพ้ยาของผู้ป่วย ประเมินประสิทธิภาพในการใส่สายสวนปัสสาวะมาก่อน

## ข้อวินิจฉัยการพยาบาล (Nursing diagnosis)

1. ระบบการขับถ่ายปัสสาวะสูญเสียหน้าที่ (Impaired urinary elimination)
2. ภาวะปัสสาวะคั่ง (Urinary retention)
3. เสี่ยงต่อภาวะบาดเจ็บทางเดินปัสสาวะ (Risk for injury)
4. เสี่ยงต่อภาวะติดเชื้อทางเดินปัสสาวะ (Risk for infection)

## การวางแผนการพยาบาลและผลลัพธ์ (Outcome identification and planning)

วางแผนการดูแลเพื่อป้องกันภาวะปัสสาวะคั่ง บาดเจ็บหรือติดเชื้อทางเดินปัสสาวะ และภาวะระบบขับถ่ายปัสสาวะ สายสวนปัสสาวะต้องอยู่ในตำแหน่ง กระเพาะปัสสาวะไม่โป่งตึง ส่วนผลลัพธ์อื่นอาจรวมถึงผิวหนังสะอาด แห้ง ไม่มีรอยถลอก หรือบาดเจ็บ ไม่ระคายเคือง รวมทั้งผู้ป่วยเข้าใจวัตถุประสงค์และสามารถดูแลในระหว่างการสวนปัสสาวะด้วยตนเอง

## ขั้นตอนการปฏิบัติ (Implementation)

เรื่องที่สอน	จำนวนครั้งที่สาธิต	เวลาที่เริ่มสอน
1. ขั้นตอนและเทคนิคการสวนปัสสาวะด้วยตนเอง	3 ครั้ง *ในการสาธิตครั้งที่3 อาจให้ผู้เรียนบอกขั้นตอนการปฏิบัติเพื่อทดสอบความพร้อมก่อนผู้เรียนฝึกปฏิบัติเอง	- หลังจากประเมินความพร้อมและความสามารถของผู้เรียน - หลังจากผู้เรียนอ่านคู่มือการสวนปัสสาวะด้วยตนเอง

2. การตวงและการบันทึก จำนวนปีสสาวะ	2-3 ครั้ง	-เมื่อผู้เรียนเริ่มฝึกสวนด้วยตนเอง 3-4 ครั้ง หรือสามารถฝึกใน ขั้นตอนการสวนได้อย่างถูกต้อง แล้ว
3. การทำความสะอาด อุปกรณ์และการทำลาย เชื้อ	2-3 ครั้ง	- เมื่อผู้เรียนปฏิบัติกิจกรรมเรื่องที่ 1 และ 2 ประมาณ 3-4 ครั้งแล้ว หรือสามารถปฏิบัติกิจกรรมเรื่อง ที่1 และ2 ได้ อย่างถูกต้องแล้ว

### ในผู้ป่วยหญิง

กิจกรรม (Action)	เหตุผล (Rationale)
<p>เทคนิคและขั้นตอนในการสวนปีสสาวะด้วยตนเอง</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ระบุตัวผู้ป่วยให้ถูกต้อง</li> <li>2. อธิบายให้ผู้ป่วย/ญาติเข้าใจวัตถุประสงค์ของการสวนปีสสาวะด้วยตนเอง</li> <li>3. จัดเตรียมอุปกรณ์ไปที่เตียงผู้ป่วย</li> <li>4. กั้นม่านให้มิดชิด</li> <li>5. จัดทำผู้ป่วยตามความเหมาะสมดังนี้ <ol style="list-style-type: none"> <li>5.1 ถ้าผู้ป่วยมีกำลังกล้ามเนื้อขาปกติสามารถนั่งยองได้ให้ผู้ป่วยนั่งบนเก้าอี้เตี้ยๆ โดยให้ ก้นอยู่ก่อนมาทางริมของเก้าอี้แล้ววางกระจก ระหว่างขาผู้ป่วยปรับมุมกระจกให้ผู้ป่วย มองเห็นบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์ตนเอง</li> <li>5.2 ถ้าผู้ป่วยมีกำลังกล้ามเนื้อขาต่ำกว่าเกรด 4 แต่สามารถนั่งทรงตัวบนเตียงหรือฟิงฝ่า หรือหัวเตียงได้ ให้นั่งฟิงหัวเตียงแล้วกางขาออกให้มากที่สุด อาจใช้หมอนรองได้เข้า 2 ข้างแล้วงอขาให้เท้าทั้งสองข้างเข้าหากัน</li> <li>5.3 ถ้าผู้ป่วยไม่สามารถสวนปีสสาวะด้วยตนเองได้ ต้องให้ญาติเป็นผู้สวนให้ ให้ผู้ป่วย อยู่ในท่านอนหงายแล้วกางขาออกให้กว้างพอที่จะทำความสะอาดบริเวณอวัยวะ สืบพันธุ์ได้สะดวก แหวกแคมในออกให้เห็นรูเปิดท่อปีสสาวะได้อย่างชัดเจน</li> </ol> </li> <li>6. ล้างมือฟอกสบู่ ล้างด้วยน้ำสะอาด เช็ดให้แห้งหรือใช้ Waterless 20-30 วินาที แนะนำให้</li> </ol>	<p>- ตรวจสอบ ข้อชื่อ- สกุล เลข ประจำตัว ผู้ป่วย ให้ มั่นใจว่า สวน ปีสสาวะ ถูกต้อง ตาม แผนการ รักษา - เคารพ</p>

<p>ผู้เรียนล้างมือ ฟอกสบู่ก่อนเมื่อผู้เรียนเป็นผู้ลงมือปฏิบัติ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>7. ก่อนสาธิตวิธีการสวน พยาบาลควรสวมถุงมือขณะทำการสาธิตและบอกให้ผู้ป่วย/ญาติทราบว่าเป็นผู้เรียนฝึกปฏิบัติไม่จำเป็นต้องใส่ถุงมือ</li> <li>8. สวมถุงมือสะอาด ใช้ผ้าชุบน้ำสะอาดที่เตรียมไว้เช็ดบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์พอสมควร แล้วฟอกสบู่ โดยการแหวกแคมในให้เห็นรูเปิดท่อปัสสาวะ เริ่มฟอกที่บริเวณรูเปิดท่อปัสสาวะไปมาประมาณ 20-30 วินาที จึงฟอกวนออกไปบริเวณรอบๆ โดยใช้เวลารวมทั้งหมด 1 นาที เช็ดสบู่ออกด้วยน้ำสะอาด ถอดถุงมือคู่แรกออก</li> <li>9. สาธิตการล้างมือโดยฟอกสบู่ที่มือ ง่ามนิ้วมือและซอกเล็บอย่างน้อย 30 วินาที แล้วล้างด้วยน้ำสะอาดในกะละมังที่เตรียมมา</li> <li>10. เปิดฝ้าท่อชุดสวนปัสสาวะและสอนการวางอุปกรณ์ให้เหมาะสม คือ วางสำลิวไว้ในขันรองน้ำปัสสาวะ</li> <li>11. สวมถุงมือคู่ที่ 2 หยิบสำลีก่อนแรกจุ่ม providinesolutionพอชุ่มสำลิว ใช้มือข้างที่ไม่ถนัดแหวกแคมเล็กออกให้เห็นรูเปิดท่อปัสสาวะเช็ดที่รูเปิดท่อปัสสาวะแหวกแคมเล็กค้างไว้รอ 20 วินาที ใช้สำลิวแห้งซับprovidineออก</li> <li>12. หยิบสายสวนปัสสาวะออกจากหลอดที่ใส่ น้ำยาแช่สาย จับเฉพาะที่จุกสีฟ้าที่อยู่ส่วนปลายและระวังไม่ให้สายไปสัมผัสตุ๊กสิ่งอื่น เทน้ำเกลือนอร์มัล 0.9% ล้างสายพอประมาณ</li> <li>13. เปิดฝาของหลอดครีมหล่อลื่น บีบครีมทิ้งเล็กน้อยแล้วบีบครีมลงบนสายสวนพอประมาณให้เคลือบบนสายอย่างทั่วถึง</li> <li>14. ใช้มือข้างที่ไม่ถนัด แหวกแคมในออกจนมองเห็นรูเปิดของท่อปัสสาวะ (ถ้าผู้ป่วยสวนด้วยตนเองให้จับที่จุกสีฟ้าซึ่งปลายเข้าหาตัวในลักษณะแยงขึ้น)ซึ่งอยู่เหนือช่องคลอดแล้วสอดสายสวนเข้าไปในรูเปิดท่อปัสสาวะจนเกือบสุดสาย</li> <li>15. หยิบขันวางลงระหว่างขา</li> <li>16. ปลดจุกสีฟ้าที่ปิดปลายสายสวนออก ใช้มือข้างหนึ่งยึดจับสายไว้ไม่ให้สายหลุดเคลื่อนออกมาก่อนที่จะสวนเสร็จ</li> <li>17. เมื่อปัสสาวะหยุดไหลให้กดเหนือหัวหน้าเบาๆถ้าไม่มีน้ำปัสสาวะไหลออกมาอีก ให้ค่อยถอดสายสวนออกทีละ 1 นิ้วแล้วกดเหนือหัวหน้าตามจนกระทั่งไม่มีน้ำปัสสาวะไหลอีกจึงค่อยถอดสายสวนออก</li> <li>18. ทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์อีกครั้ง</li> <li>19. ถอดถุงมือและจัดเสื้อผ้าและจัดทำผู้ป่วยให้เหมาะสม</li> <li>20. ตวงปริมาณปัสสาวะที่ผู้ป่วยปัสสาวะออกได้และหรือปริมาณปัสสาวะที่สวนได้พร้อมสังเกตุสี ลักษณะและกลิ่นของปัสสาวะด้วย ล้างมือให้สะอาดหรือใช้ Waterless 20-30</li> </ol>	<p>ในสิทธิ ผู้ป่วย ลดความ วิตก กังวล และขอ ความ ร่วมมือ จาก ผู้ป่วย - ประหยั คเวลา และ สะดวก ในการ ปฏิบัติง าน - ป้องกัน การ เปิดเผย ผู้ป่วย - สะดวก ในการ ทำความ สะอาด อวัยวะ สืบพันธุ์ และหา</p>
---	--

<p>วินาที</p> <p>21. บันทึกวัน เดือน ปี เวลาที่สอนและผู้สอนในแบบบันทึกการสอนการสวนปัสสาวะด้วยตนเอง</p> <p><b>การตวงน้ำปัสสาวะและการลงบันทึกในแบบบันทึก</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. สอนวิธีการตวงน้ำปัสสาวะโดยใช้กระบอกตวงหรือขวดตวงปัสสาวะ</li> <li>2. สอนวิธีการบันทึกปริมาณน้ำดื่ม และปัสสาวะโดยลงวัน เดือน ปี ปริมาณปัสสาวะที่ออกเองได้ในขณะนั้น (กรณีที่ปัสสาวะออก) และปริมาณปัสสาวะที่สวนได้</li> <li>3. บันทึกวันที่สอน และผู้สอนลงในแบบบันทึกการสอนสวนปัสสาวะด้วยตนเอง</li> </ol> <p><b>การทำความสะดวกอุปกรณ์และการทำลายเชื้อ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. สอนการล้างขันรองน้ำปัสสาวะ สายสวนปัสสาวะด้วยน้ำสบู่และน้ำสะอาด (ในกรณีที่ครบเวลาต้องเปลี่ยนน้ำยาให้ล้างหลอดแช่สายสวนด้วย)</li> <li>2. สอนการแช่สายสวนปัสสาวะ หลังจากล้างสายให้สะบัดน้ำออกจากสายสวนให้มีหยดน้ำเกาะน้อยที่สุดและใช้จุกลิ้นฟ้ายาบสายลงในหลอดน้ำยาฆ่าเชื้อ (แอลกอฮอล์ 70%) โดยให้น้ำยาท่วมสายอย่างทั่วถึง (เปลี่ยนน้ำยาเมื่อครบ 24 ชั่วโมง)</li> <li>3. บันทึกวันที่สอนและผู้สอนลงในแบบบันทึกการสอนปัสสาวะด้วยตนเอง</li> </ol>	<p>ตำแหน่งของรูเปิดท่อปัสสาวะที่จะใส่สายสวน</p> <p>-</p> <p>- ลดจำนวนจุลินทรีย์บนมือของผู้สวนปัสสาวะ</p>
---	--

	<p>- ป้องกัน การ แพร่กร ะจาย เชื้อโรค จากผู้ หนึ่งไป ยังอีกผู้ หนึ่ง (Cross infectio n) แต่ ผู้เรียน สวนให้ ผู้ป่วย เพียงคน เดียวจึง ไม่เสี่ยง ต่อการ เกิด ปัญหา ดังกล่าว</p> <p>- ลด จำนวน จุลินทรีย์ บน ผิวหนัง</p>
--	---



โดยเฉพ  
าะรูเปิด  
ท่อ  
ปัสสาว  
ะก่อน  
ใส่สาย  
สวน  
ปัสสาว  
ะ

- ลด  
จำนวน  
เชื้อ  
แบคทีเรีย  
ที่อยู่  
บนมือ  
ของผู้ที่  
จะทำ  
การ  
สวน  
ปัสสาว  
ะ

- ไม่ให้  
อุปกรณ์  
ปนเปื้อ  
น

- ล้าง  
คราบ  
แอลกอฮอล์ที่  
แช่สาย  
ออกลด  
การ  
ระคาย  
เคืองเมื่อ  
ใส่สาย  
เข้าไป  
ในท่อ  
ปัสสาว  
ะ

-ป้องกัน  
การ  
ปนเปื้อ  
นเชื้อ  
โรค  
หลุดลื่น  
สายและ

ลดการ  
บาดเจ็บ  
ต่อท่อ  
ปัสสาวะ  
ขณะ  
ใส่สาย  
สวน

- ง่าย  
ต่อการ  
ใส่สาย  
เข้ารูเปิด  
ท่อ  
ปัสสาวะ

- เตรียม  
รองน้ำ  
ปัสสาวะ

-  
ระบาย  
น้ำ  
ปัสสาวะ

-ได้

ปัสสาวะที่ค้าง  
ออกมา  
ให้หมด  
ในการ  
สวนแต่  
ละครั้ง

-ป้องกัน  
การติดเชื้อ  
-ผู้ป่วย  
สุข  
สบาย

-  
ตรวจสอบ  
ปริมาณ  
ปัสสาวะ

- เป็น  
หลักฐาน  
น  
ทางการ  
พยาบาล

- ทราบ  
ถึงวิธีการ  
ตวงน้ำ  
ปัสสาว  
ะและ  
วิธีการ  
อ่าน  
ปริมาณ  
ที่ตวงได้  
- ทราบ  
ถึง  
ข้อมูล  
ที่จำเป็น  
ต่อ  
บันทึก  
และการ  
ลง  
บันทึก  
ถูกต้อง

- เป็น  
หลักฐาน  
น  
ทางการ  
พยาบาล

	<p>- ทราบถึงวิธีการทำลายเชื้อ</p> <p>- ทราบถึงวิธีการทำลายเชื้อ</p> <p>- เป็นหลักฐานทางการพยาบาล</p>
--	--

**ในผู้ป่วยชาย**

กิจกรรม (Action)	เหตุผล (Rational)
<p>1. จัดทำผู้ป่วย</p> <p>1.1 ในกรณีที่ผู้ป่วยสวนด้วยตนเอง ให้ลูก</p>	<p>- ความสะดวกในการทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์และหาตำแหน่งของรูเปิดท่อน้ำสภาวะที่จะให้สาย</p>

<p>นั่งฟังหัวเตียงใช้หมอนรองหลัง 1 ใบ        กางขาออก 45-60 องศา</p> <p>1.2 ในรายที่ญาติสวนให้ ให้ผู้ป่วยอยู่ในท่านอนหงาย</p> <p>2. ล้างมือฟอกสบู่ ล้างด้วยน้ำสะอาด เช็ดให้แห้งหรือ ใช้ Waterless 20-30 วินาที แนะนำให้ผู้เรียนล้างมือฟอกสบู่ก่อนเมื่อผู้เรียนเป็นผู้ลงมือปฏิบัติ</p> <p>3. ก่อนสาธิตวิธีการสวน พยาบาลควรสวมถุงมือขณะสาธิตและอธิบายเหตุผลให้ผู้ป่วยหรือญาติทราบว่ามีผู้เรียนฝึกปฏิบัติไม่จำเป็นต้องใส่ถุงมือ</p> <p>4. สาธิตการทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์โดยใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์พอหมาด และฟอกสบู่โดยการรูดหนังหุ้มปลายลง เริ่มฟอกที่บริเวณรูเปิดท่อน้ำปัสสาวะไปประมาณ 20-30 วินาทีจึงฟอกวนออกไปบริเวณรอบๆ โดยใช้เวลารวมทั้งหมด 1 นาที เช็ดสบู่ออกจนหมดด้วยน้ำสะอาด ถอดถุงมือคู่แรกออก</p> <p>5. สาธิตการล้างมือโดยฟอกสบู่ที่มือ ถ่มน้ำมือและซอกเล็บอย่างน้อย 30 วินาที แล้วล้างด้วยน้ำสะอาดในกะละมังหรือถังน้ำที่เตรียมมา เช็ดด้วยผ้าแห้งและสะอาด</p> <p>6. เปิดผ้าห่อชุดสวนปัสสาวะ และสอนการวางอุปกรณ์ให้เหมาะสม คือ สำลีสปากคิ๊บ ผ้าสี่เหลี่ยมเจาะกลาง ให้วางอยู่ในชั้นจนกว่าจะใช้งาน</p> <p>7. สวมถุงมือคู่ที่ 2 แล้วปูผ้าสี่เหลี่ยมวางองศาตลอดช่องผ้าวางลงบนสี่เหลี่ยมก่อนวางขันร่อนน้ำปัสสาวะห่างออกไปเล็กน้อย</p> <p>8. สำลีก่อนแรกจุ่ม Providine solution พอชุ่ม</p>	<p>สวน</p> <p>- ลดจำนวนจุลินทรีย์ที่อยู่บนมือผู้สวนปัสสาวะและป้องกันการติดเชื้อ</p> <p>- ป้องกันการติดเชื้อและป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค</p> <p>- ความสะอาดและลดจำนวนจุลินทรีย์</p> <p>- ลดจำนวนเชื้อแบคทีเรียที่อยู่บนมือของผู้จะทำการสวนปัสสาวะ</p> <p>- เตรียมไว้ร่อนน้ำปัสสาวะ</p> <p>- เตรียมการฆ่าเชื้อที่รูเปิดท่อน้ำปัสสาวะ</p> <p>- ลดจุลินทรีย์ที่รูเปิดท่อน้ำปัสสาวะ</p>
--	---

<p>ลำลิวางพาดในขันรอนน้ำปัสสาวะ</p> <p>9. ใช้มือข้างที่ไม่ถนัดจับองคชาติตั้งฉากกับลำตัว ผู้ป่วยใช้มืออีกข้างหยิบสำลิตี่ Providine solution เช็ดที่รูเปิดท่อปัสสาวะ รอประมาณ 20 วินาที ใช้สำลิตี่แห้งซับ Providine solution ออก</p> <p>10. ล้างสายสวนปัสสาวะ โดยจับเฉพาะที่จุดปลายสีฟ้าแล้วดึงสายออกมาจากหลอดน้ำยา แล้วล้างด้วยน้ำเกลือ 0.9 % รอประมาณ (เน้นผู้เรียนไม่ให้จับที่ตัวสายอย่างเด็ดขาด และระวังไม่ให้สายไปสัมผัสตุ๊กสิ่งอื่น)</p> <p>11. เปิดฝาหลอดครีมหล่อลื่นแล้วบีบทิ้งก่อนเล็กน้อยหลังจากนั้นจึงบีบครีมหล่อลื่นลงที่สายสวนบริเวณกึ่งกลางสายรอประมาณ</p> <p>12. ใช้คีมปากคีม (Forceps) ช่วยเกลี่ยครีมหล่อลื่นให้เคลือบสายอย่างทั่วถึงกัน ใช้ปากคีมจับที่สายโดยจับห่างจากปลายสายที่จะสอดเข้ารูเปิดท่อปัสสาวะประมาณ 3 นิ้ว ส่วนปลายอีกด้านที่มีจุดสีฟ้าเสียบไว้ระหว่างนิ้วนางและนิ้วก้อยในมือข้างเดียวกัน โดยระวังไม่ให้สายสวนปัสสาวะปนเปื้อน</p> <p>13. ใช้มืออีกข้างจับองคชาติให้ตั้งฉากกับลำตัว แล้วสอดสายสวนปัสสาวะเข้าไปในรูเปิดท่อปัสสาวะจนเกือบสุดสายโดยสอดเข้าอย่างนุ่มนวล (หากพบว่ามีการเกร็งที่หูรูดทำให้ใส่ลำบากควรรอให้อาการเกร็งลดลงก่อนจึงสอดสายเข้าไป)</p> <p>14. ใช้มืออีกข้างหนึ่งจับที่องคชาติและส่วนของสายสวนที่มีจุดเสียบ หลังจากนั้นจึงปลดจุกที่ปิดสายสวนออกให้น้ำปัสสาวะไหลออกมา</p> <p>15. เมื่อปัสสาวะหยุดไหล กดบริเวณเหนือหัวหน้าเบาๆ ถ้าไม่มีน้ำปัสสาวะไหลออกมา</p>	<p>- ระวังไม่ให้มีการปนเปื้อนของสาย</p> <p>- ให้ได้ครีมหล่อลื่นที่ปราศจากการปนเปื้อน</p> <p>- ลดการบาดเจ็บต่อท่อปัสสาวะขณะใส่สายสวน</p> <p>- ให้หยิบจับได้ถนัดและสอดสายเข้าไปได้สะดวก</p> <p>- ลดการบาดเจ็บต่อท่อปัสสาวะ</p> <p>- ให้น้ำปัสสาวะไหลลงขันที่นำมารองไว้ ไม่ให้สายเลื่อนหลุดก่อนปัสสาวะเสร็จ</p> <p>- ไล่น้ำปัสสาวะที่เหลือค้างออกมา</p>
---	--



<p>อีก ให้ค้อยถอนสายสวนออกทีละ 1 นิ้ว แล้วกดเหนือหัวหน้าตาม จนกระทั่งไม่มีน้ำ ปัสสาวะไหลอีก จึงถอนสายสวนออก</p> <p>16. ทำความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์อีกครั้ง</p> <p>17. ถอดถุงมือ จัดเสื้อผ้าและจัดทำผู้ป่วยให้เหมาะสม</p> <p>18. ตวงปริมาณปัสสาวะที่ผู้ป่วยปัสสาวะออกได้ และ/หรือปริมาณปัสสาวะที่สวนได้ พร้อมทั้งสังเกตสีลักษณะและกลิ่นของปัสสาวะด้วย</p> <p>19. บันทึก วัน เดือน ปี เวลาที่สอนในแบบบันทึกการสอนการสอนสวนปัสสาวะด้วยตนเอง</p> <p><b>การตวงน้ำปัสสาวะและการลงบันทึกในแบบบันทึก</b></p> <p>1. สอนวิธีการตวงน้ำปัสสาวะโดยใช้กระบอกตวงหรือขวดตวงปัสสาวะ</p> <p>2. สอนวิธีการบันทึกปริมาณน้ำดื่ม และปัสสาวะโดยลงวัน เดือน ปี ปริมาณปัสสาวะที่ออกเองได้ในขณะนั้น (กรณีที่ปัสสาวะออก) และปริมาณปัสสาวะที่สวนได้</p> <p>3. บันทึกวันที่สอน และผู้สอนลงในแบบบันทึกการสอนสวนปัสสาวะด้วยตนเอง</p> <p><b>การทำความสะอาดอุปกรณ์และการทำลายเชื้อ</b></p> <p>1. สอนการล้างขั้วรองน้ำปัสสาวะ สายสวนปัสสาวะด้วยน้ำสบู่และน้ำสะอาด (ในกรณีที่ต้องเปลี่ยนน้ำยาให้ล้างหลอดแช่สายสวนด้วย)</p> <p>2. สอนการแช่สายสวนปัสสาวะ หลังจากล้างสายให้สะอาดน้ำออกจากสายสวนให้มีหยดน้ำเกาะน้อยที่สุดและใช้จุกสีฟ้าเสียบสายลงในหลอดน้ำยาฆ่าเชื้อ (แอลกอฮอล์ 70%) โดยให้น้ำยาท่วมสายอย่างทั่วถึง (เปลี่ยน</p>	<p>- ทราบถึงวิธีการตวงน้ำปัสสาวะและวิธีอ่านปริมาณที่ตวงได้</p> <p>- ทราบถึงวิธีการตวงน้ำปัสสาวะและวิธีการอ่านปริมาณที่ตวงได้</p> <p>- ทราบถึงข้อมูลที่ต้องบันทึกและการลงบันทึกถูกต้อง</p> <p>- เป็นหลักฐานทางการพยาบาล</p> <p>- ทราบถึงวิธีการทำลายเชื้อ</p> <p>- ทราบถึงวิธีการทำลายเชื้อ</p>
---	--

น้้ายาเมื่อครบ 24 ชั่วโมง) 3. บันทึกวันที่สอนและผู้สอนลงในแบบบันทึก การสอนปัสสาวะด้วยตนเอง	- เป็นหลักฐานทางการพยาบาล
--	---------------------------

**การบันทึก (Documentation)**

บันทึกจำนวน ลักษณะของปัสสาวะ ลักษณะของผิวหนัง บันทึกจำนวนน้ำเข้า-ออก

**ข้อควรระวัง (Special consideration)**

ขณะที่สอดใส่สายสวนเข้าไปควรทำอย่างระมัดระวังและนุ่มนวลป้องกันการเกิดการบาดเจ็บที่ท่อปัสสาวะ ทุกกระบวนการ ทุกขั้นตอนต้องใช้หลักปราศจากเชื้ออย่างเคร่งครัด

หมายเหตุ

น้้ายาต่างๆที่ใช้เป็นไปตามแนวทางปฏิบัติของหน่วยควบคุมและป้องกันการติดเชื้อของโรงพยาบาลศรีนครินทร์ (ขณะนี้อยู่ระหว่างการทบทวน)

**เอกสารอ้างอิง (Reference)**

**การประเมินผล (Evaluation) การสวนปัสสาวะเป็นระยะด้วยตนเอง**

	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 1
--	------------	------------	------------

เกณฑ์การประเมิน	ใช่	ไม่ใช่	ใช่	ไม่ใช่	ใช่	ไม่ใช่
<b>เชิงโครงสร้าง</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้ปฏิบัติ คือ พยาบาล</li> <li>2. ใช้สายสวนปัสสาวะขนาดที่เหมาะสม</li> <li>3. เตรียมอุปกรณ์ครบ และไม่ปนเปื้อน</li> </ol>						
<b>เชิงกระบวนการ</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. แจ้งให้ผู้ป่วยทราบ พร้อมทั้งอธิบายวิธีการปฏิบัติตัวขณะใส่สายสวนปัสสาวะกั้นม่านมิดชิดและจัดทำผู้ป่วยให้เหมาะสม</li> <li>2. ล้างมือก่อนและหลังสวนปัสสาวะมีการใส่สายสวนปัสสาวะอย่างถูกต้องตามขั้นตอน</li> <li>3. เก็บอุปกรณ์ไปแช่น้ำยาฆ่าเชื้อ</li> <li>4. บันทึก วัน เวลา ลักษณะและจำนวนของปัสสาวะที่ได้และสิ่งผิดปกติที่พบในแบบบันทึกทางการพยาบาล</li> </ol>						
<b>เชิงผลลัพธ์</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้ป่วยยอมรับ และให้ความร่วมมือในการสวนปัสสาวะเป็นระยะ</li> <li>2. ไม่มีภาวะแทรกซ้อนหลังการสวนปัสสาวะเสร็จ</li> <li>3. มีบันทึก วัน เดือน ลักษณะ และจำนวนของปัสสาวะที่ได้และสิ่งผิดปกติที่พบในแบบบันทึกทางการพยาบาล</li> </ol>						