



การสวนปัสสาวะด้วยตนเอง แบบสะอาด สำหรับเพศชาย (Self-catheterization for Males)

เตรียมอุปกรณ์

1. ชุดสายสวนปัสสาวะที่บรรจุในน้ำยาฆ่าเชื้อ
2. น้ำยาหล่อลื่นที่ละลายน้ำได้

3. ถ้วยรองรับปัสสาวะ 1 ใบ
4. สบู่เหลวหรือสบู่ก้อน



วิธีทำ

1. ล้างมือให้สะอาด
2. จัดทำนั่งให้มั่นคง กางขา 2 ข้าง ฟอกสบู่บริเวณอวัยวะเพศโดยรูดหนังหุ้มปลายองคชาติลง ฟอกรูเปิดท่อปัสสาวะ องคชาติ อั้นทะและขาหนีบตามลำดับ
3. ล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่
4. เตรียมสายสวนปัสสาวะโดยใช้มือข้างที่ไม่ถนัดจับบริเวณจุกสีฟ้า ดึงสายสวนขึ้นมาจากหลอดที่บรรจุมีน้ำยาทำลายเชื้อ มือข้างที่ถนัดจับสายสวน ดึงสายสวนออกมา
5. สวนปัสสาวะโดย
 - 5.1 ค่อย ๆ เลื่อนมือที่จับสายสวนปัสสาวะมาจับบริเวณกลางสายสวน
 - 5.2 บีบน้ำยาหล่อลื่นใส่บริเวณปลายสายสวนปัสสาวะ

5.3 มือข้างที่ไม่ถนัด รูดหนังหุ้มปลายลง จับองคชาติทำมุมประมาณ 60 องศา ค่อย ๆ ใสสายสวนปัสสาวะด้วยความนุ่มนวล เมื่อมีปัสสาวะไหล ให้สอดสายสวนปัสสาวะเข้าไป อีกประมาณ 1-2 นิ้ว เมื่อปัสสาวะหยุดไหล ให้กดบริเวณท้องน้อย 1-2 ครั้ง แล้วรอนปัสสาวะหยุดไหล ค่อย ๆ ดึงสายสวนปัสสาวะออกมาโดยใช้นิ้วปิดรูเปิดสายสวน เพื่อป้องกันไม่ให้ปัสสาวะไหลย้อนกลับ

- 5.4 รูดหนังหุ้มปลายขึ้น สังเกตลักษณะ สีและกลิ่นของปัสสาวะ ตวงปริมาณปัสสาวะ
6. ล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่
7. ล้างสายสวนปัสสาวะด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาด และเสบน้ำ้ออก เสียบบจุกสีฟ้า เก็บสายสวนไว้ในหลอดที่บรรจุน้ำยาทำลายเชื้อ
8. ล้างอุปกรณ์ให้สะอาดและผึ่งให้แห้ง

หมายเหตุ: หากพบปัสสาวะขุ่น มีกลิ่นเหม็น มีไข้หนาวสั่น ให้พบแพทย์เพื่อการรักษาต่อไป

การทำความสะอาด

1. นำสายสวนปัสสาวะทั้งชุดไปล้างด้วยน้ำและสบู่
2. ต้มสายสวนปัสสาวะ โดยต้มในน้ำเดือด อย่างน้อย 20 นาที พร้อมกับเปลี่ยนน้ำยาฆ่าเชื้อที่แช่สายสวนปัสสาวะทุกวัน



จัดทำโดย: คณะกรรมการสุขภาพ
ห้องตรวจพิเศษศัลยกรรม 2
งานพยาบาลผู้ป่วยนอกและผู้ป่วยฉุกเฉิน
โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่

ที่ปรึกษา: อ.นพ. จรัสพงศ์ วุฒิมงคล
หน่วยศัลยกรรมทางเดินปัสสาวะ