



間歇的導尿について

はじめに

お子さんはおしっこ（尿）を体の外に出すために、『導尿』という方法が必要となります。導尿はお子さんがお家で生活していくために、大切なものとなります。お子さんへの導尿の方法を身につけて慣れていただけるように、少しずつ導尿の練習を始めさせていただきます。お子さんがお家で快適な生活を送れるように、一緒に練習をすすめていきましょう。

尿がでる仕組み

腎臓でつくられた尿は、尿管を通り膀胱にたまります。幼児期以降になると、尿が膀胱にある一定量をこえてたまると、その刺激が尿意として大脳に伝えられるようになります。そしてその刺激を受け取った大脳から尿意（おしっこ）を我慢する、出すといった指令が膀胱へ伝えられます。乳児期では尿意を感じる機能や、尿意を我慢する機能が未熟なため、膀胱におしっこがたまった刺激だけで排尿してしまいます。

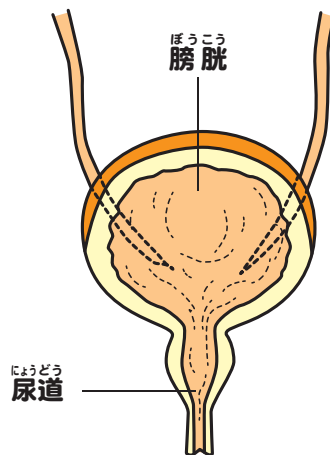
膀胱の機能

膀胱には「尿をためる」「尿を出す」の二つの機能があります。「尿をためる」ときには膀胱の筋肉は柔らかい風船のようにふくらみ、膀胱の出口の筋肉は尿が漏れないように閉じています。尿を出すときには膀胱が収縮し、出口が開きます。

膀胱の状態は、背骨の中を通る脊髄神経せきずいしんけいを
通って脳に情報が伝わります。脳は膀胱の状態
に
応じて指令を出し、情報は脊髄神経せきずいしんけいを経て膀胱

と膀胱の出口の筋肉に伝わり、排尿がコントロールはいによされます。

神経の損傷によって、この一連の情報伝達にトラブルが生じた状態を『神経因性膀胱』しんけいせいぼうこうとい
います。損傷の程度によって、排尿のコントロールが困難になり、尿がでにくくなったり、尿が漏れたりするような問題が生じます。



導尿とは

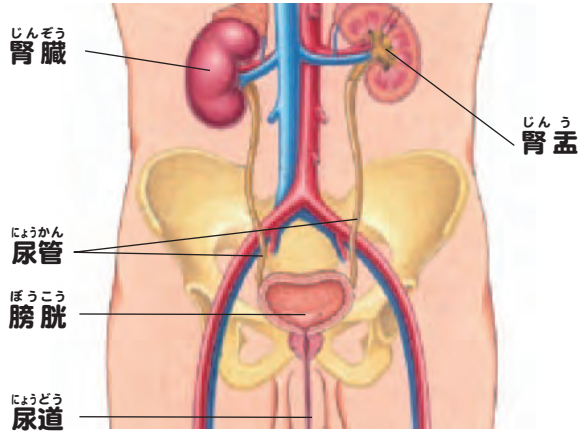
尿のコントロールが困難である場合に、膀胱に尿を残したままにしておくとばい菌がついたりします。また、力んで尿をしぼりだすと膀胱や腎臓を痛めたり、腎臓に尿が逆流して熱が出たり、ついには腎臓の働きがなくなってしまう危険性もあります。

それを防ぐためには、細い管（ネラトンカテーテル）を使って、膀胱に残った尿を取り除くことが必要となります。尿道から膀胱にネラトンカテーテルを挿入して、膀胱の中の尿を体外に出す方法を、『導尿』どにょうとい
います。導尿を無菌的に行うことはできません。決められた時間に導尿することで、細菌の増殖を最小限にして、腎盂腎炎を予防します。

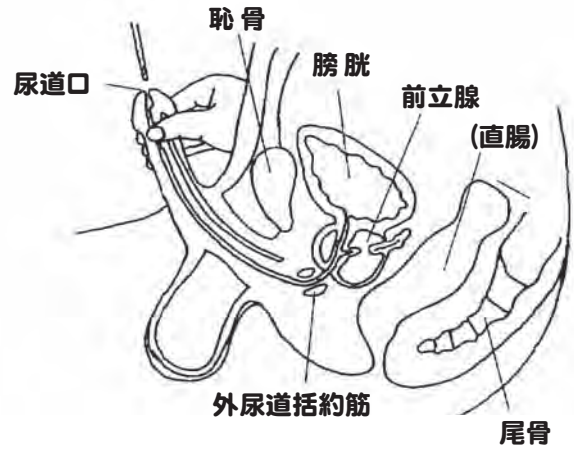
導尿をする上で知っておきたい身体の名称



男子の場合



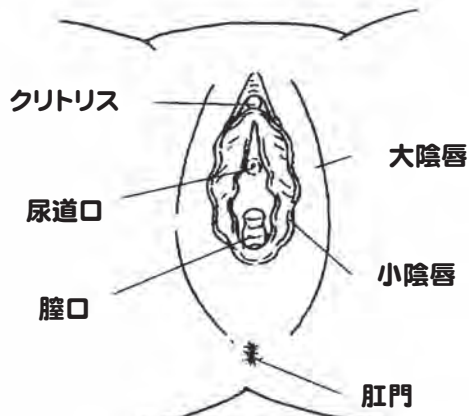
【正面図】



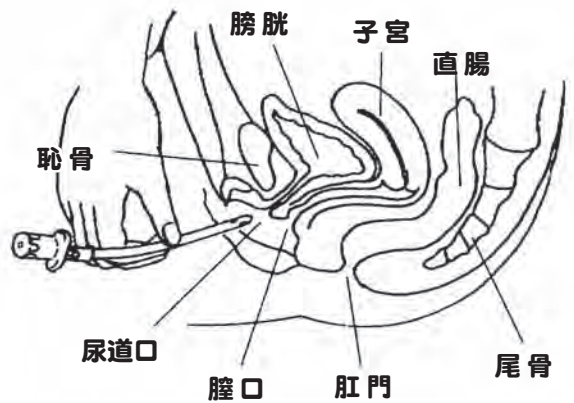
【断面図】



女子の場合



【正面図】



【断面図】

一日の導尿計画



1日 () 回 : 昼間 () 時間毎 夜間 () 時間毎

起床 _____ 就寝 _____

導尿手順 ～通常編～



必要物品

<input type="checkbox"/> 導尿用カテーテル・・・1本
種類： <input type="text"/>
サイズ： <input type="text"/> フレンチ Fr
■その他物品（個々の必要に応じて使用）
<input type="checkbox"/> 潤滑ゼリー
<input type="checkbox"/> クリーンコットン（清浄綿）又はおしりふきなど
<input type="checkbox"/> 尿を受けるオムツ又は容器
<input type="checkbox"/> オムツ交換用の新しいオムツ
<input type="checkbox"/> ビニール袋
<input type="checkbox"/> キッチンスケール
<input type="checkbox"/> 導尿チェック表（記録用紙）
<input type="checkbox"/> 筆記用具

男子の手順



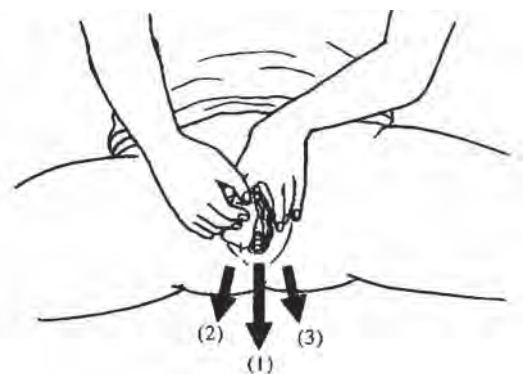
- ①必要物品を準備します。
 - ②オムツを交換します（便で汚れていた場合には、きれいに拭き取っておきます）。
 - ③石鹸を使用して、手洗いをしっかりと行ないます。
 - ④導尿用カテーテルの袋を開き、カテーテルの先端にゼリーをつけておきます。
 - ⑤左手（利き手とは反対の手）でペニスを持ち、右手（利き手）でクリーンコットンを持ち、包皮を引っ張って亀頭部を出して拭きます。
 - ⑥先端にゼリーのついたカテーテルを右手（利き手）に鉛筆を持つようにもち、尿道口へ5～10cm程度挿入し、尿が出てくるのを確認します。カテーテルは軟らかいので、多少深く入っても問題ありません。このときカテーテルの末端は、オムツの上か尿を受ける容器に収めておきます。
- ※このときカテーテルの先端にはできるだけ触れないように注意します。
- ※カテーテルを挿入しても尿が出ない場合には、1～2回カテーテルを前後させてみます。

- ⑦尿が出なくなったら、カテーテルをゆっくり抜きます。カテーテルを抜いている途中、尿がカテーテルから出てきたら、抜くのをやめて尿が出なくなるまで様子を見ます。尿が完全に出なくなるのを確認し、ゆっくりとカテーテルを抜きます。抜いたカテーテルは、ビニール袋などに入れます。
- ⑧キッチンスケールで、オムツに漏れた尿の重さ・導尿で出た尿の重さを計ります。
- ⑨導尿チェック表に、オムツに漏れた尿の重さ・導尿で出た尿の重さ・尿の混濁の有無などを記入します。

女の子の手順



- ①必要物品を準備します。
- ②オムツを交換します（便で汚れていた場合には、きれいに拭き取っておきます）。
- ③石鹸を使用して、手洗いをしっかりと行ないます。
- ④導尿用カテーテルの袋を開き、カテーテルの先端にゼリーをつけておきます。
- ⑤左手（利き手とは反対の手）で大陰唇を開き、尿道口を確認します。右手（利き手）でクリーンコットンを持ち、外陰部を図のように拭きます。処女膜で尿道口がわかりにくいことがあります。練習を重ねれば、判別ができるようになります。



- ⑥先端にゼリーのついたカテーテルを右手（利き手）に鉛筆を持つようにもち、尿道口へ3～4cm挿入し、尿が出てくるのを確認します。カテーテルは軟らかいので、多少深く入っても問題ありません。このときカテーテルの末端は、オムツの上か尿を受ける容器に収めておきます。

※このときカテーテルの先端にはできるだけ触れないように注意します。

※カテーテルを挿入しても尿が出ない場合には、1～2回カテーテルを前後させてみます。それでも尿が出ない場合には、カテーテルが腔に入っている可能性もあります。腔に入ってしまった場合には、もう一度清潔なカテーテルを使用して、導尿しなおしましょう。

- ⑦尿が出なくなったら、カテーテルをゆっくり抜きます。カテーテルを抜いている途中、尿がカテーテルから出てきたら、抜くのをやめて尿が出なくなるまで様子を見ます。尿が完全に出なくなるのを確認し、ゆっくりとカテーテルを抜きます。抜いたカテーテルは、ビニール袋などに入れます。
- ⑧キッチンスケールで、オムツに漏れた尿の重さ・導尿で出た尿の重さを計ります。
- ⑨導尿チェック表に、オムツに漏れた尿の重さ・導尿で出た尿の重さ・尿の混濁の有無などを記入します。

ポイント

★膀胱に尿をためすぎないないようにしましょう！

膀胱に尿をためすぎると、尿が腎臓に逆流して感染症を起こしたり、腎臓の機能を低下させる危険性もあります。膀胱に尿をためすぎないように、導尿間隔時間を守りましょう！

導尿間隔は体の状態や検査結果をもとに目安を決めているので、自己判断で導尿間隔を延長したり、導尿を中止しないようにしましょう。

導尿後のカテーテルの洗浄について

1日当たりのカテーテルの使用本数の目安は、本です。カテーテルは月々お渡しできる本数が決まっています。外出したときには使い捨てにすると便利でしょう。家で導尿する際には、十分に洗浄して再使用方法を取ります。

〔手順〕

- ①使用したカテーテルは内腔をしっかりと水洗いします。
- ②洗い終わったカテーテルは、しっかりと乾燥させます。

- ③乾燥して乾かしたカテーテルは清潔なハンカチなどの布に包んでおきます。

使用後のカテーテルの廃棄について

使用後のカテーテルは、医療廃棄物として病院で処理します。家庭用のごみとしては廃棄しないでください。使用後のカテーテルをビニール袋にまとめて入れて、受診時に外来の看護師にお渡しください。

こんな時どうする？

? 尿が濁っているのですが…

間歇的導尿をしている場合、尿が混濁することは時々あります。混濁が続いたり、混濁と共に熱が出ていなければ、様子を見てみましょう。

? 尿が濁って、熱も出ています

尿の混濁があり、風邪症状など熱のするような原因もなく、お熱が38.5度以上出るようであれば、尿路感染の可能性もあります。病院に連絡をして、相談してみてください。

? カテーテルを挿入しても尿が出ません

潤滑ゼリーをつけて、もう一度挿入しなおしてみましょう。それでもカテーテルが入らないときには、病院に連絡してください。

? 血の混じった尿が出てきました

ごく薄い血の混じり具合なら、様子を見ても構いません。但し、鮮やかな血がたくさん混じった尿や、血の塊が混ざる場合には、病院に連絡してください。

