

## **Wskazówki pielęgniarские dla pacjenta wypisanego ze szpitala z założoną NEFRESTOMIĄ, CYSTOSTOMIĄ**

1. Należy zwracać szczególną uwagę na zachowanie higieny cewnika i skóry wokół cewnika.
2. Przed każdym kontaktem z cewnikiem myj ręce.
3. Kąpiel w wannie zastąpić codziennym krótkim prysznicem letnią wodą, a miejsce założenia cewnika przemyć szarym mydłem.
4. W miejscu przysycia cewnika należy zmieniać gazik jeden raz dziennie. Ranę przemyć płynem dezynfekcyjnym np.: octeniseptem, poczekaj aż wyschnie, załóż czysty opatrunek.
5. Należy kontrolować zabarwienie i wygląd moczu z uwzględnieniem spożywanych pokarmów, które naturalnie zabarwiają mocz np.: buraczki, preparaty żelaza, leki (witaminy z grupy B zabarwiają mocz na żółto), zbyt mała ilość wypijanych płynów- mocz ciemny i zagęszczony.
6. Zwracać uwagę na dokładne ułożenie cewnika:
  - worek z moczem umieszczać poniżej poziomu pęcherza moczowego,
  - w czasie snu cewnik powinien znajdować się z boku łóżka,
  - worek zbiorczy ułożyć w takiej odległości by rurka cewnika pozwalała na wykonanie drobnych ruchów w czasie snu,
  - należy często sprawdzać umocowanie cewnika- czy nie jest złamany, zagięty lub skręcony, co uniemożliwia prawidłowy odpływ moczu,
  - worek z moczem powinien być opróżniony najpóźniej po napełnieniu 2/3 objętości,
  - worek wymieniać w warunkach domowych z zachowaniem zasad higieny co 3 dni,
  - uważać, aby cewnika nie wyrwać.
7. Dbanie o regularne wypróżnienia- dieta lekkostrawna.
8. Zalecenia dietetyczne:
  - zwiększyć podaż płynów 2-2,5 litra dziennie,
  - ogólne zasady zdrowego stylu życia- dieta lekkostrawna,
  - ograniczyć spożycie szczawianów (zielonych warzyw np., szczaw, szpinak, kalafior, kapusta),
  - ograniczyć spożycie czerwonego mięsa, zwłaszcza przy podniesionym poziomie kwasu moczowego,
9. Dalsze postępowanie według zaleceń w karcie informacyjnej leczenia szpitalnego

### **UWAGA!**

Gdy zauważysz zmiany w postaci: wycieków, silnego zaczerwienienia, obrzęku załóż opatrunek na ranę, koniecznie zgłoś się do lekarza pierwszego kontaktu lub poradni urologicznej.