

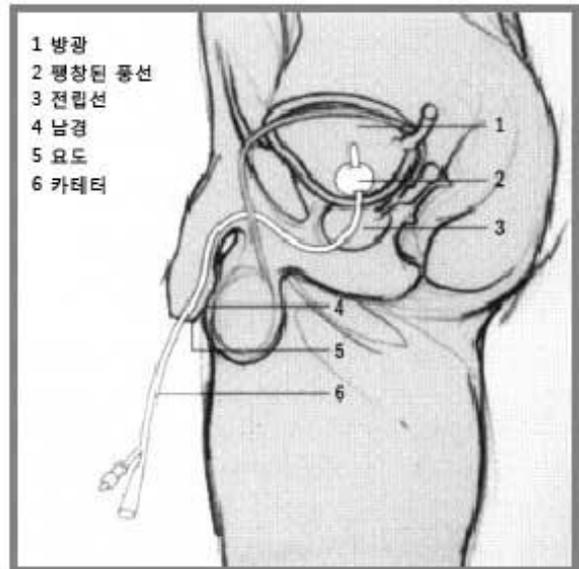
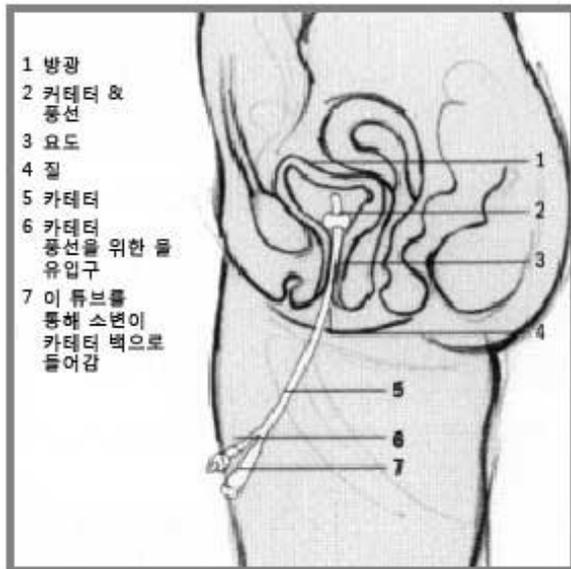


여러분의 카테터와 카테터 배 관리 요령

카테터는 여러분의 건강과 삶의 질에 많은 영향을 끼칩니다.

하지만 카테터를 제대로 사용하는 것은 상당히 어려운 것이 사실입니다. 여기에 나온 안내 사항은 여러분이 카테터를 제대로 사용하고 관리하는 것을 도와드리기 위한 것입니다. 카테터는 단기적으로 (몇일이나 몇주) 혹은 장기간 (수개월 혹은 영구적으로) 사용할 수 있습니다.

소변 카테터는 소변을 유출시키기 위한 유연한 튜브입니다. 이것은 요도 (방광에서 외부로 이어지는 관)를 통과해서 방광으로 삽입됩니다. 카테터는 방광 내에 팽창된 작은 크기의 풍선과 허벅지 윗쪽에 있는 카테터 띠에 의해 고정됩니다. 카테터는 소변 배수백에 연결됩니다.



일반 요령

수분 섭취 및 식사:

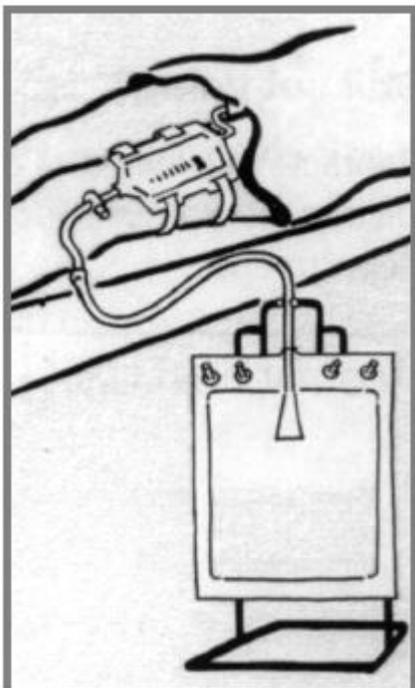
매일 최소 8 컵 혹은 2 리터의 수분 (가능하면 물)을 섭취하십시오 (수분 섭취가 제약된 환자는 제외). 적은 양의 수분을 자주 섭취하는 것이 좋습니다. 변비를 피하는 것이 중요하기 때문에, 고섬유질 음식, 과일, 채소, 호밀 (wholemeal) 빵과 시리얼을 드시도록 하십시오.

카테터 관리:

카테터나 백을 만지기 전후에는, 항상 비누를 사용해서 손을 씻고 깨끗한 수건을 사용해서 손을 말리십시오. 카테터는 카테터 띠로 허벅지에 고정시켜 사용하면 요도와 방광목에 부상을 방지할 수 있어서 가장 안전합니다.

카테터 튜브가 꼬이거나 비틀리면 (혹은 접히면) 소변의 흐름을 방해할 수 있기 때문에 미연에 방지하는 것이 중요합니다. 소변이 잘 흐르도록 카테터 백의 위치는 방광보다 항상 낮도록 하십시오.

다리 부착용 카테터 백을 사용하신다면, 2 - 3 시간 마다 백을 비워 주십시오. 그렇지 않으면, 소변의 무게로 카테터가 빠져 나올 수 있습니다.



위생 관리:

매일 샤워하실 것을 권장합니다. 이때 성기와 카테터 삽입 부위도 씻어 주십시오. 남성의 경우, 성기의 포피를 당겨서 씻어 주십시오. 샤워를 할 수 없다 하더라도, 이런 부위는 씻어 주셔야 합니다. 순한 비누나 비누 대용품 사용을 권장합니다.

샤워 중 다리 카테터 백을 카테터와 분리하지 마십시오. 그 부위는 행귀준 다음 수건으로 가볍게 말려 주십시오. 토템 파우더는 사용하지 마십시오. 성기 부위에 파우더를 바르고 스프레이를 뿌리면 감염이 생길 수 있습니다.

카테터 띠가 젖으면 마른 것으로 바꿔 주십시오. 젖은 띠는 말려서 다음날 사용하시면 됩니다. 허벅지 띠는 풀고 샤워하실 수 있습니다. 하지만 옷을 착용할 때 가급적 빨리 다시 착용해 주십시오.

용변을 본 뒤 씻는 것이 중요합니다.

여성의 경우, 배변 후 앞쪽에서 뒷쪽으로 닦도록 하십시오



카테터 백의 관리 및 처리:

카테터 백을 제대로 관리하게 되면, 세균 감염이나 악취, 튜브가 막히는 것을 미리 방지할 수 있습니다. 카테터와 다리 부착용 카테터 백을 분리하는 유일한 경우는 새로운 백으로 교체할 때입니다. 다리 부착용 백을 다시 착용할 때 백을 부착하는 다리를 바꿔 주시는게 좋습니다.

야간 정기 관리 요령:

- 비누로 손을 씻어 줍니다.
- 다리 부착용 카테터 백에 담긴 소변을 화장실이나 용기에 버립니다.
- 다리 부착용 백의 바닥에 있는 출구에 야간 카테터 백을 연결시킵니다.
- 다리 부착용 백 끝에 있는 출구 마개가 **열려 있고**, 야간용 백의 출구 마개는 **닫혀있도록** 하십시오.
- 손을 씻으십시오.
- 카테터와 카테터 백의 띠를 착용한 채 밤에 주무시기 바랍니다. 불편하시다면, 카테터 백의 띠를 조금 느슨하게 하셔도 됩니다.
- 야간 카테터 백은 침대 옆에 마련된 스탠드에 부착하거나 양동이같은 용기에다 담아서 실수로 바닥에 소변이 흐르는 일이 없도록 미리 방지합니다.

아침 정기 관리 요령:

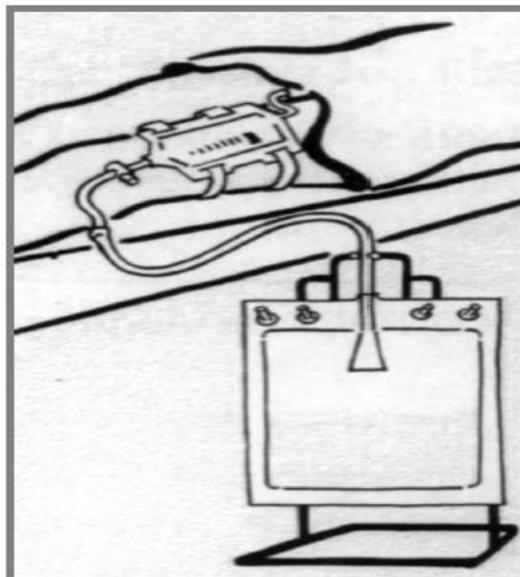
- 손을 씻으십시오.
- 다리 부착용 카테터 백에 있는 출구 마개를 닫고 띠를 단단하게 죄어 주어서, 카테터가 잘 부착되어 잡아 당겨지지 않도록 합니다.
- 야간 백을 분리해서 소변을 변기나 용기에 버립니다.
- 용기에 따뜻한 비눗물을 담아 야간 백을 헹구어 줍니다 - 식기 세척용 세제를 몇방울 온수에 풀어서 사용하면 됩니다.

- 백 연결기를 수도꼭지 밑에다 대고 흐르는 물로 백과 튜브를 깨끗이 헹굽니다. 백에 있는 비눗기를 완전히 제거하기 위해 흐르는 물로 다시 한번 헹구어 줍니다.
- 마개를 열어둔 상태로 청결한 장소에 걸어두어 백의 물기를 제거합니다 (타월대나 샤워대 등).
- 백이 새거나 손상되면 새 것으로 교체하시기 바랍니다.
- 야간 백에 마개가 없다면, 매일 아침 교체하십시오. 백의 모서리를 잘라서 소변을 변기에다 비우고 백은 휴지통에 버리십시오.
- 손을 씻으십시오.

퇴원하시기 전에, 카테터 백을 연결하고, 분리하고 청결하게 관리하는 방법을 간호사들이 가르쳐 드릴 것입니다.

매주 관리 요령:

- 손을 씻어서 말리십시오.
- 카테터 백을 분리하고 새것으로 교체하십시오.
- 튜브 출구나 카테터의 끝을 손으로 만지는 것을 피하십시오.
- 이때 사용된 카테터 백과 야간 백 모두 버리십시오. 백은 헹군 다음, 싸서 휴지통에 버립니다.



발생할 수 있는 문제들에 대한 대처 요령

소변 배수가 안되면 어떻게 하나요?

- 카테터나 튜브가 꼬이거나 눌러져 있습니까?
- 백에 연결된 튜브가 막혀 있습니까?
- 백이 방광보다 낮은 위치에 있습니까?
- 띠가 제대로 부착되지 않아 카테터 백의 입구 밸브를 막고 있지는 않습니까?
- 카테터나 백의 위치를 바꿔 보십시오 (사용하는 다리를 바꾼다든지).
- 변비 중입니까?
- 매일 8 컵의 수분을 섭취합니까?
- 백을 새 것으로 교체해 보십시오.

그래도 배수가 되지 않으면 어떻게 하나요?

배변 관리 간호사, 비뇨기과 간호사, 지역 간호사, 지역 의사 및 병원 응급실에 연락해서 도움을 받으십시오.

연락처:

다음 상황이 발생하면, 배변 관리 간호사, 비뇨기과 간호사, 지역 간호사나 의사와 상의하십시오:

- 소변이 탁하거나, 진하거나, 피가 섞여 나오고, 물을 더 마셨지만, 소변색이 맑아지지 않을 경우.
- 소변에서 심한 비린내가 날 경우.
- 7-8 시간 동안 소변이 나오지 않고 / 혹은 복부통이 있을 경우.
- 카테터가 빠질 경우.
- 카테터 부위에서 소변이 새어 나올 경우.
- 카테터가 피부에 닿으면 가렵거나, 따갑거나, 붉은 반점이 생길 경우.
- 이유 없이 고열이 발생할 경우.
- 몸 상태가 안 좋을 경우.
- 카테터나 배의 관리에 대해 염려되거나 의문이 있을 경우.

병원에서 퇴원할 때

여러분이 주문한 기구/용구들이 도착할 때까지 병원에서는 한달 분량의 기구나 용품을 제공해 드립니다.

배변 관리 간호사, 비뇨기과 간호사나 지역 간호사는 여러분이 퇴원할 때 올바른 기구를 주문할 수 있도록 도와 드립니다. 병원 의사나 지역 의사로부터 카테터의 크기, 카테터 교체 날짜 및 / 혹은 용변 횟수 등이 담긴 편지를 받으셔야 합니다. 이 편지는 배변 관리 간호사, 비뇨기과 간호사나 지역 간호사를 위한 것입니다.

지원금 마련

여러분이 카테터를 영구적으로 사용하신다면, 카테터 비용에 대한 경제적 지원을 받을 자격이 될 수도 있습니다. 배변 관리 간호사, 비뇨기과 간호사나 지역 간호사에게 문의하시면 경제적 지원에 대한 신청서를 작성하는데 도움을 받을 수 있습니다.

기구 공급처

응급 상황이거나 여러분이 자신의 기구를 직접 구입하신다면, 다음 공급처를 참고로 하십시오.



영어를 사용하는데 어려움이 있지만, 이러한 정보들에 대해 문의할 내용이 있다면, 전화 통역 서비스 131450 번으로 연락하시면 됩니다:

- 1) 여러분의 사용 언어를 알려 주십시오
- 2) 저희 단체의 전화번호를 알려 주십시오
- 3) 여러분이 통화를 원하는 담당자의 이름을 알려 주고 전화가 연결될 때까지 기다려 주십시오.

통역 서비스는 무료로 제공됩니다.

