



# Cewnikowanie Poradnik dla pacjenta

Polegaj na naszym wsparciu w swoim aktywnym świecie



# Spis treści:

Cewnikowanie.....	3
Możliwe wskazania do cewnikowania .....	5
Cewniki.....	10
Układ moczowy .....	12
Wskazówki i zalecenia .....	14
Instrukcja cewnikowania.....	16

Stworzyliśmy tę broszurę w celu dostarczenia podstawowych informacji na temat funkcji i zaburzeń układu moczowego oraz przerywanego cewnikowania (IC), jako wiodącej metody poprawiającej komfort życia. Naszym celem jest wspieranie Cię w pierwszych krokach cewnikowania, ponieważ wierzymy, że zdajesz sobie sprawę, jak ważne są bezpieczne i prawidłowe procedury cewnikowania, które pozwolą Ci zadbać o swoje zdrowie i poprawić jakość i bezpieczeństwo Twojego życia. Należy pamiętać, że niniejsza broszura ma charakter informacyjny i że należy postępować zgodnie z instrukcjami lekarzy. Jeśli masz jakiegokolwiek pytania, nie wahaj się skontaktować z nami, korzystając z danych kontaktowych, które podaliśmy na ostatniej stronie.

# Cewnikowanie

Cewnikowanie to procedura opróżniania pęcherza za pomocą cewnika, który jest wprowadzany do pęcherza pacjenta przez cewkę moczową w celu odprowadzenia moczu.

## Istnieją dwie metody cewnikowania STAŁE I PRZERYWANE

CEWNIKOWANIE STAŁE	CEWNIKOWANIE PRZERYWANE ( IC ) / TYMCZASOWE
Metoda polegająca na zostawieniu cewnika na dłuższy czas (do kilku dni). Możliwe jest także cewnikowanie stałe przez ścianę jamy brzusznej (cewnikowanie przezskórne - nadłonowe).	Metoda, w której cewnik jest wkładany i wyjmowany z pęcherza przy każdym drenażu. Cewniki używane są jednorazowo. Cewnikowanie można wykonywać kilka razy dziennie (w zależności od indywidualnych potrzeb średnio 4-6 razy na dobę).



Przerywane cewnikowanie jest uważane za „złoty standard” drenażu pęcherza i utrzymania w zdrowiu dróg moczowych. Stanowi najlepszą opcję opróżniania pęcherza przez dłuższy czas.

Pozwala to drenaż pęcherza zmniejszając w ten sposób ryzyko infekcji, w efekcie chroniąc czynność nerek. Pęcherz wypełnia się moczem zawierającym produkty przemiany materii, który należy usunąć przez oddanie moczu. Jeśli ta funkcja jest zakłócona, osoba musi wykonać samodzielne cewnikowanie, aby opróżnić pęcherz. Niezastosowanie się do tego może spowodować poważne komplikacje, które mogą zagrażać zdrowiu, a nawet życiu.



Cewnikowanie przerywane przeprowadzane jest w celu poprawy jakości życia i zmniejszenia ryzyka związanego z powikłaniami, takimi jak infekcje dróg moczowych (UTI).

## Korzyści z cewnikowania przerywanego

- ✓ Zapewnia utrzymanie kontroli nad opróżnianiem pęcherza,
- ✓ Zmniejsza ryzyko powikłań związanych z infekcjami dróg moczowych,
- ✓ Chroni i wspiera zdrową funkcję pęcherza moczowego i nerek,
- ✓ Poprawia jakość i bezpieczeństwo życia,
- ✓ Poprawia jakość życia intymnego,
- ✓ Wspiera aktywny tryb życia,

# Wskazania do cewnikowania

Istnieje wiele wskazań medycznych, które skutkują koniecznością cewnikowania. Nie oznacza to jednak, że wszystkie wymienione choroby i urazy warunkują brak prawidłowego opróżnienia pęcherza.

SCHORZENIE	OBRAŻENIA	CHOROBA
rozszerzenie kręgosłupa	uraz rdzenia kręgowego i mózgowia	stwardnienie rozsiane
pęcherz neurogeny	uraz traumatyczny	choroba Parkinsona
pooperacyjne zatrzymanie moczu	nieurazowe	choroba Alzheimera
nietrzymanie moczu		cukrzyca

Podczas gdy w tabeli wymieniono szereg schorzeń i chorób, które czynią cewnikowanie prawdopodobnym, tutaj ograniczymy się do opisu dwóch najczęstszych schorzeń, z którymi pacjent ma do czynienia na co dzień:

- pęcherz neurogeny
- uraz rdzenia kręgowego (SCI).

# Pęcherz neurogenny

Prawidłowa czynność pęcherza moczowego zależy od sprawności aparatu nerwowego, łączącego pęcherz z ośrodkami leżącymi w rdzeniu kręgowym i mózgowiu. Uszkodzenie tego aparatu w jakimkolwiek miejscu powoduje różne zaburzenia czynności pęcherza. Uszkodzenia mogą dotyczyć rdzeniowego ośrodka oddawania moczu albo części ośrodkowego układu nerwowego (OUN) położonego powyżej tego ośrodka. Następuje wówczas przerwanie połączeń rdzeniowych ośrodka mikcji z ośrodkami mózgowymi. U osób z pęcherzem neurogennym mięśnie i nerwy, które je kontrolują, nie są dobrze skoordynowane, co uniemożliwia normalne napełnianie i opróżnianie pęcherza. W normalnych warunkach kilka mięśni i połączonych grup nerwowych „współpracuje”, aby umożliwić pęcherzowi zatrzymanie moczu i jednocześnie, po wystąpieniu impulsu, opróżnić go. Impulsy nerwowe przemieszczają się wzdłuż szlaków nerwowych między mózgiem a mięśniami, które kontrolują opróżnianie pęcherza. Jeśli te drogi są uszkodzone lub całkowicie zerwane z powodu choroby lub urazu, mięśnie nie mogą się kurczyć ani rozluźniać i występuje zatrzymanie moczu, niecałkowite opróżnianie pęcherza i jego zaleganie albo ciągły wypływ moczu.

## Istnieją dwa powiązane rodzaje komplikacji

1. Pęcherz nadreaktywny - kurczy się często nim zostanie napełniony. Mięśnie mogą być również rozluźnione, w takim przypadku przepuszczają mocz, zanim osoba jest gotowa do oddania moczu (mimowolne oddawanie moczu – nietrzymanie moczu)
2. Nieaktywny pęcherz - nie kurczy się nawet po całkowitym napełnieniu. W tym przypadku mięśnie zwieracza wokół cewki moczowej nie spełniają swojej funkcji prawidłowo i pozostają napięte, nawet gdy osoba próbuje opróżnić pęcherz.

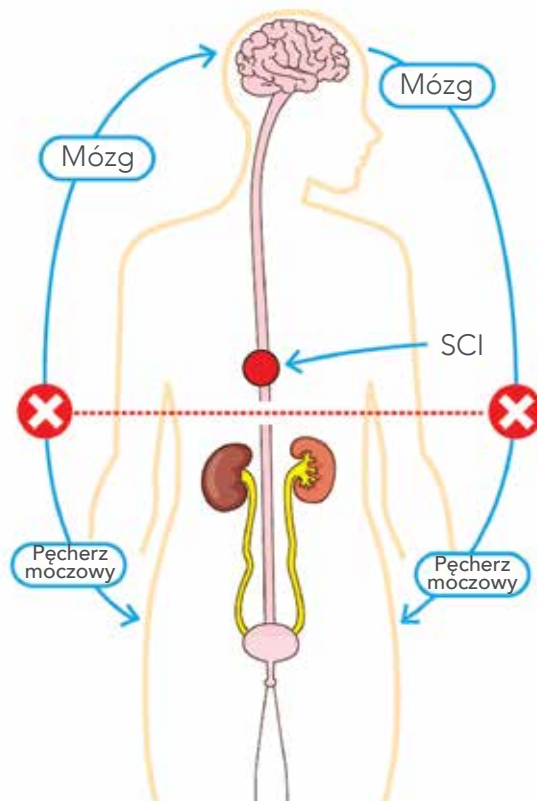
Niektóre osoby mogą cierpieć na oba rodzaje powikłań, w zależności od rodzaju uszkodzenia nerwów. Dlatego możliwe jest posiadanie zarówno nadreaktywnego, jak i nieaktywnego pęcherza. Zdarza się to częściej osobom ze stwardnieniem rozsianym lub osobom, które przeszły udar. Niestety u takich pacjentów częściej występują infekcje dróg moczowych, jeden z objawów pęcherza neurogennego.

Inne objawy występujące w tym stanie to mimowolne oddawanie moczu i nietrzymanie moczu w wyniku nadaktywnego pęcherza, ale także w wyniku choroby Parkinsona, udaru mózgu i innych chorób.

Nieaktywnemu pęcherzowi towarzyszy zatrzymanie moczu (mocz resztkowy): stan, który często towarzyszy chorobom takim jak cukrzyca, polio lub jako powikłanie po operacjach. W przypadku całkowitego zatrzymania moczu (niemożności opróżnienia pęcherza) mówimy o niedrożności pęcherza jako kolejnym zaburzeniu w neurogenym spektrum pęcherza moczowego.

## SCI (uraz rdzenia kręgowego)

Rdzeń kręgowy jest najdłuższym nerwem w naszym ciele, ma przeciętną długość około 45 cm, sięga od mózgu do kości ogonowej. Przenosi impulsy odpowiedzialne za komunikację między mózgiem a ciałem. Układ nerwowy składa się z mózgu (OUN), rdzenia kręgowego, nerwów i narządów zmysłów. Ich interakcje i komunikacja pozwalają nam czuć, poruszać ciałem, kończynami zarządzać podstawowymi funkcjami żywotnymi takimi jak np. oddychanie, wydalanie, wydzielanie, regulacja ciśnienia krwi.



Po urazie rdzenia kręgowego (SCI) mózg i pęcherz nie są już w stanie komunikować się ze sobą

Istnieją różne stopnie urazów rdzenia kręgowego (SCI), mające wpływ na to, jakie funkcje organizmu są zachowane a jakie częściowo lub całkowicie utracone. Klasyfikacja stopni urazów kręgosłupa wiąże się z różnym poziomem ich uszkodzenia.

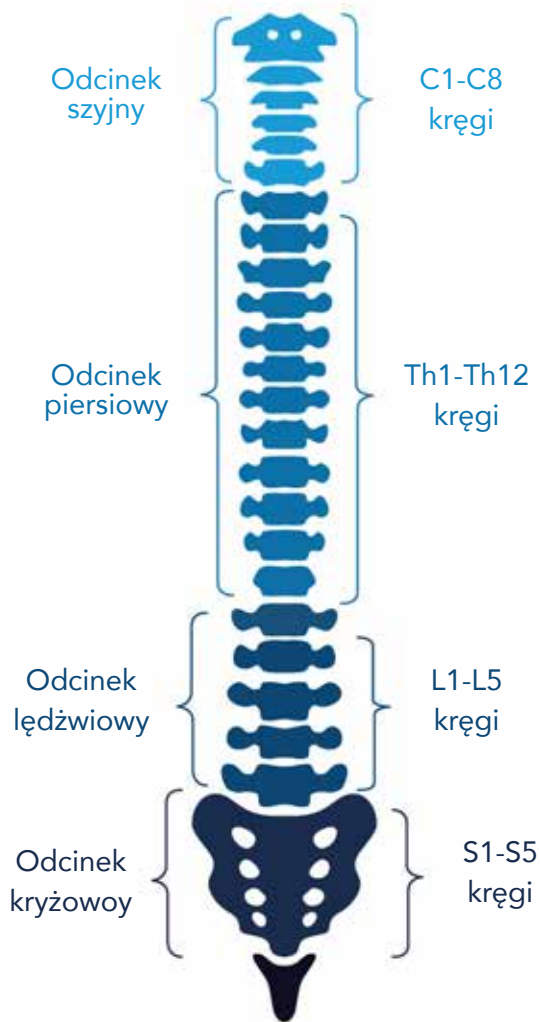
W rejonach obejmujących grupy kręgów poniżej poziomu uszkodzenia rdzenia kręgowego można spodziewać się częściowego lub całkowitego uszkodzenia nerwów.

Po urazie niektóre funkcje mogą powrócić samoistnie.

Prawdopodobieństwo tego jest największe w ciągu pierwszych 3 miesięcy po kontuzji.







### **PARAPLEGIA**

(dwukończynowe) – uszkodzenie rdzenia kręgowego z poziomu Th2 skutkuje paralizem dolnej części ciała i nóg.

### **TETRAPLEGIA**

(czterokończynowe) - uszkodzenie rdzenia kręgowego na poziomie Th1 (szyja) skutkuje paralizem ciała od barków w dół i czterech kończyn.

# Rodzaje stosowanych cewników

Cewniki można sklasyfikować według różnych funkcji i cech np. według częstotliwości i czasu użytkowania:

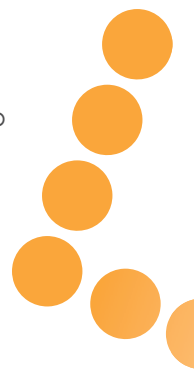
STAŁY		PRZERYWANY	
Cewniki Foley	Nadłonowe	Standardowe	Hydrofilowe

Cewniki mogą być wykonane z różnych materiałów, najczęściej z PVC, silikonu i PVC medycznego..

## Cewniki do cewnikowania przerywanego

Wyróżniamy cewniki do cewnikowania przerywanego - standardowe i hydrofilowe. Różnica polega na tym, że do cewników standardowych stosujemy dodatkowo żel w celu uzyskania poślizgu ułatwiającego przejście cewnika do pęcherza moczowego, podczas gdy cewniki hydrofilowe mają już na swojej powierzchni warstwę hydrofilową będącą jednocześnie nawilżeniem/smarem.

Wydawałoby się, że różne środki, żel i warstwa hydrofilowa dają ten sam rezultat - nawilżenie, ułatwiające przejście cewnika przez cewkę moczową. Jest to jednak tylko częściowo prawdziwe stwierdzenie.



W cewnikach standardowych przed cewnikowaniem, żel nakładany jest od końcówki cewnika w kierunku jego łącznika, co powoduje podczas zakładania mniejsze tarcie i niweluje związane z tym mikrourazy cewki moczowej. Systematyczne cewnikowanie i nieumiejętne smarowanie żel zwiększa ryzyko uszkodzenia błony śluzowej cewki moczowej i wprowadzenia bakterii do układu moczowego. Z kolei cewniki hydrofilowe, dzięki swojej powłoce, nie wymagają dodatkowego stosowania żelu i są gotowe do użycia bezpośrednio po wyjęciu z opakowania, przez co znacząco zmniejszają ryzyko urazów i wprowadzenia bakterii do układu moczowego.



# Układ moczowy

Aby lepiej zrozumieć funkcję pęcherza moczowego, musimy wiedzieć, że wraz z nerkami pełni on ważną funkcję w układzie moczowym.

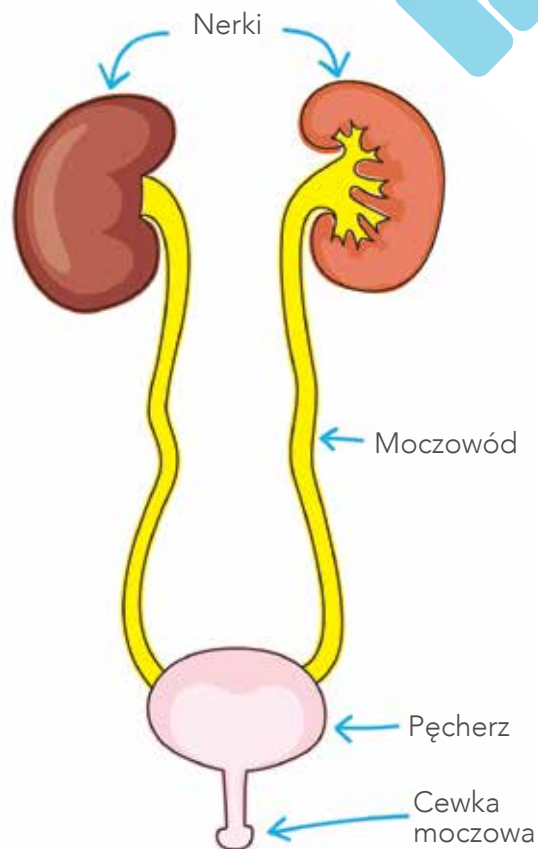
**Nerki** spełniają ważną rolę w utrzymaniu zdrowia całego organizmu. Pełnią rolę narządu wewnątrzwydzielniczego oraz wydalniczego. Wytwarzają mocz, z którym produkty przemiany materii są wydalane z organizmu, regulują gospodarkę wodno-mineralną a także inne funkcje.

**Moczowód** odprowadza mocz z nerek do pęcherza.

**Cewka moczowa** to wąski przewód, prowadzący mocz z pęcherza do ujścia cewki. Męska cewka moczowa ma średnio 20 cm długości, podczas gdy żeńska jest znacznie krótsza (długość od 2,5 do 4 cm).

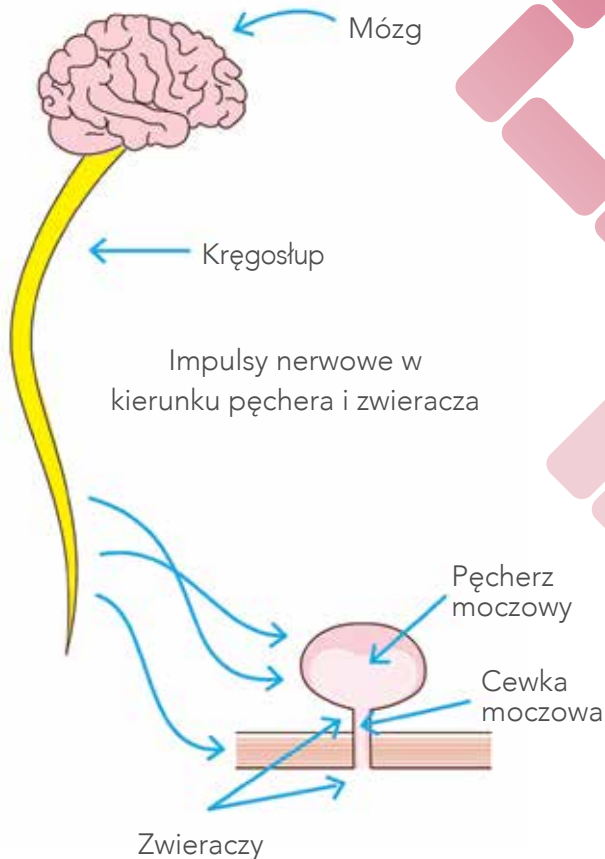
**Pęcherz** jest organem, który gromadzi mocz.

W zdrowym organizmie nerki produkują mocz, który przez moczowody przedostaje się do pęcherzamoczowego. Następnie wydalany jest na zewnątrz organizmu przez cewkę moczową.



# Pęcherz moczowy

Najlepiej wyobrazić sobie ten narząd, jako zbiornik mięśniowy, do którego nieustannie kroplami ścieka mocz z obu moczowodów. Z pęcherza mocz co jakiś czas jest wydalany na zewnątrz przez cewkę moczową. Kiedy pęcherz jest pusty, jest on rozluźniony. Podczas napełniania pęcherza, mózg wysyła do pęcherza impulsy nerwowe, które sygnalizują jego wypełnienie, co odbieramy jako potrzebę oddania moczu. Mózg wysyła sygnał do mięśni otaczających pęcherz, aby się skurczyły i wydalły mocz przez cewkę moczową. Mięśnie zwieraczy regulują twieranie i zamykanie cewki moczowej, dzięki czemu mocz nie wycieka, zanim nie będziemy gotowi do jego oddania. Zwieracz rozluźnia się właśnie wtedy, gdy pęcherz się kurczy.



# Wskazówki i zalecenia

Jak utrzymać zdrowy układ moczowy w pęcherzu neurogennym:




**Utrzymuj stałą i odpowiednią ilość spożywanych płynów** - staraj się pić ich około 2,5 litra dziennie, w razie potrzeby więcej - zwłaszcza latem. Uwaga: pacjenci z chorobami nerek muszą stosować się do konkretnych zaleceń swoich lekarzy specjalistów.



**Wykonuj przepisaną dzienną liczbę samocewnikowań** - liczba codziennych samocewnikowań waha się od 4 do 6, należy postępować zgodnie z zaleceniami lekarza. Na bieżąco śledzić spożywanie płynów, ponieważ zapotrzebowanie na nawodnienie i liczba codziennych cewnikowań może się różnić w zależności od pory roku, np. większe zapotrzebowanie na nawodnienie w okresie letnim, co wpływa na liczbę wymaganych.



**Prowadź osobisty dziennik samocewnikowania** - pierwsze dwa punkty są łatwiejsze do przestrzegania, jeśli prowadzisz codzienny zapis spożycia płynów i liczby cewnikowań.



Prowadzenie dziennika ma wiele zalet, zwłaszcza na początku, dopóki organizm nie przyzwyczai się do częstotliwości i objętości przyjmowanych płynów. Te zapisy pomogą również Twojemu lekarzowi w uzyskaniu cennych informacji o stanie Twoich dróg moczowych.

#### PRZYKŁADOWY DZIENNIK SAMOCEWNIKOWANIA (ODDANEGO MOCZU)

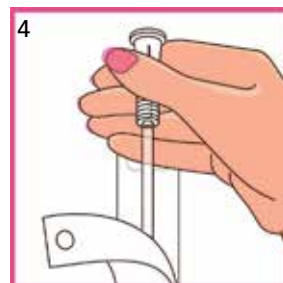
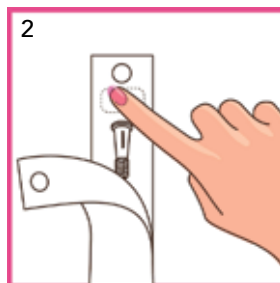
Data	Godzina	Ilość przyjmowanych płynów (ml)	Objętość moczu pozyskana poprzez cewnikowanie (ml)	Wyciek moczu między cewnikowaniami (ml)
12/02/2022	17:40	250	180	x
12/02/2022	20:30	450	350	50

- ✓ **Używaj cewników jednorazowego użytku (tylko raz, a następnie wyrzuć).**  
Niezwykle ważne jest użycie cewników tylko raz. Każda metoda, której możesz użyć do „dezynfekcji” cewnika i przygotowania go do ponownego użycia, stanowi potencjalne zagrożenie infekcją Twojego organizmu.
- ✓ **Upewnij się, że stosujesz odpowiednią higienę, myjąc ręce przed i po każdym samocewnikowaniu.**

# Instrukcja cewnikowania dla kobiet

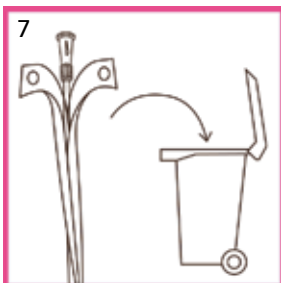
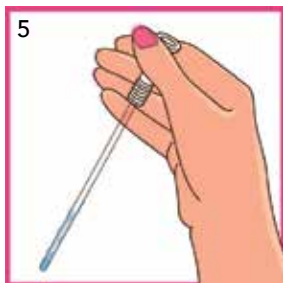
Cewnik LentisCath to innowacyjny wyrób medyczny, który pomoże Ci przezwyciężyć różne wyzwania w codziennym, aktywnym życiu a procedura cewnikowania przebiegnie bezpiecznie, schludnie i szybko. LentisCath jest gotowy do użycia, ponieważ powierzchnia rurki cewnika jest pokryta śliską powłoką hydrofilową, umożliwiającą jej płynne wprowadzanie i wyjmowanie.

- Przed nałożeniem cewnika należy umyć ręce wodą z mydłem.
- Chwytając za wycięte otwory opakowania cewnika, rozchyl je otwierając. Odklej papierową osłonkę nalepki znajdującej się poniżej uchwytu. Następnie przyklej opakowanie cewnika do gładkiej, suchej powierzchni np. umywalki, glazury. Cewnik LentisCath jest teraz gotowy do użycia
- Delikatnie rozchyl wargi sromowe kciukiem i palcem wskazującym, aby zlokalizować cewkę moczową. Po oddzieleniu warg sromowych dokładnie umyj obszar cewki moczowej od przodu do tyłu wodą z mydłem.
- Wyjmij cewnik z opakowania





- Oddziel wargi sromowe następnie delikatnie wprowadź cewnik hydrofilowy LentisCath do otworu cewki moczowej. Kontynuuj wprowadzanie cewnika na około 5 cm, aż zacznie płynąć mocz.
- Siedząc w toalecie mocz może spływać do toalety. Jeśli leżysz, umieść koniec lejka cewnika w pojemniku, aby zebrać mocz np. w razie pomiaru ilości moczu. Trzymaj go w miejscu, aż mocz przestanie płynąć.
- Pozwól pęcherzowi opróżnić się całkowicie.
- Kiedy mocz przestanie spływać, powoli obracaj cewnik między palcami, jednocześnie delikatnie go wyciągając. Jeśli mocz znów zacznie płynąć, przestań wyjmować cewnik i pozwól, aby mocz spłynął.

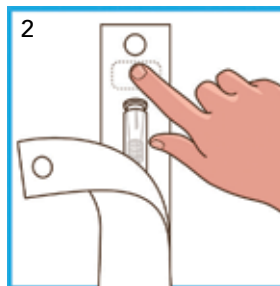


- Kontynuuj proces aż do opróżnienia pęcherza i usunięcia cewnika.
- Dokładnie umyj ręce wodą z mydłem.

**Ten sam proces cewnikowania stosujemy w przypadku dzieci.**

# Instrukcja cewnikowania dla mężczyzn

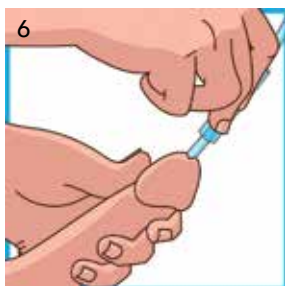
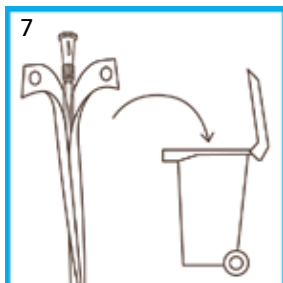
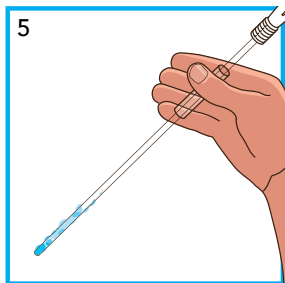
- Przed nałożeniem cewnika należy umyć ręce wodą z mydłem.
- Chwytając za wycięte otwory opakowania cewnika, rozchyl je otwierając. Odklej papierową osłonkę nalepki znajdującej się poniżej uchwytu. Następnie przyklej opakowanie cewnika do gładkiej, suchej powierzchni np. umywalki, glazury. Cewnik LentisCath jest teraz gotowy do użycia.
- Przed zastosowaniem LentisCath, należy umyć wodą z mydłem całe prącie poprzez odciągnięcie napletka. Żołędź prącia należy myć ruchem okrężnym od ujścia cewki moczowej do podstawy.
- Wyjmij cewnik z opakowania
- Zawsze należy trzymać cewnik LentisCath za unikalną prowadnicę, która umożliwi łatwe uchwycenie cewnika bez dotykania. Uważaj, aby nie dotknąć cewnika bezpośrednio palcami - wyłącznie przez prowadnicę. Zmniejszy to ryzyko zanieczyszczenia bakteriami.









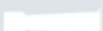











- Trzymając penisa w pozycji pionowej, odprowadź napletek w kierunku brzucha tak, aby było dokładnie widać ujście cewki moczowej. Powoli i delikatnie wsuwaj cewnik do cewki moczowej. Zapewnia to bezpieczne i łatwe wprowadzenie cewnika do otworu cewki.
- Otwory drenażowe (oczy) znajdują się około 1 do 2 cm poniżej końcówki cewnika. Ważne jest, aby cewnik był umieszczony wystarczająco głęboko w pęcherzu (gdy zaczyna płynąć mocz, cewnik należy przesunąć o co najmniej 1 cm dalej). W razie pomiaru ilości moczu należy mieć przygotowany pojemnik, aby zebrać mocz. Gdy przepływ moczu ustanie, konieczna jest

delikatna rotacja cewnika. Zapewni to całkowite odprowadzenie moczu. W razie potrzeby procedurę powtarza się. Następnie delikatnie usuwamy cewnik z cewki moczowej.

**Ten sam proces cewnikowania stosujemy w przypadku dzieci.**



## Rozmiary cewników i odpowiadające im kolory

Cewnik	Rozmiar	Kolor	Średnica
	6 Fr/CH		2 mm
	8 Fr/CH		2,6 mm
	10 Fr/CH		3,3 mm
	12 Fr/CH		4 mm
	14 Fr/CH		4,7 mm
	16 Fr/CH		5,3 mm
	18 Fr/CH		6 mm
	20 Fr/CH		6,7 mm
	22 Fr/CH		7,4 mm



producent specjalizujący się w cewnikach urologicznych  
Bužanova 6, 10000 Zagreb, Croatia  
[lentismed@lentismed.com](mailto:lentismed@lentismed.com)  
[www.lentismed.com](http://www.lentismed.com)



wyłączny dystrybutor Lentismed w Polsce  
ul. Gen. Sikorskiego 4a, 05-119 Legionowo, Łąski  
Firmowy Sklep Medyczny Welland Medical,  
ul. Słomińskiego 19 lok. 505, 00-195 Warszawa, tel. 790-420-033,  
tel./fax 22 412-80-12, [zamowienia@wellandmedical.pl](mailto:zamowienia@wellandmedical.pl)  
[www.wellandmedical.pl](http://www.wellandmedical.pl), [www.cewnikowanie.pl](http://www.cewnikowanie.pl)