القسطرة الذاتية المتقطعة (ISC)

معلومات للمريض · إفراغ المثانة بنفسك باستخدام قسطرة رفيعة

WARWIKI

القسطرة الذاتية المتقطعة (ISC) هي طريقة لإفراغ المثانة بإدخال قسطرة رفيعة وناعمة بلطف، تصريف البول ثم سحبها — تُجرى عدة مرات يومياً. تُستخدم حين لا تفرغ المثانة جيداً من تلقاء نفسها. بعد تعلّمها، لا تستغرق سوى دقائق، وتمنحك حرية أكبر، وتحمي كليتيك.

لماذا تُجرى

إذا تعذّر على المثانة الإفراغ الكامل — بعد بعض العمليات، أو عند وجود **مثانة عصبية**، أو هبوط أعضاء، أو انسداد في المخرج — فإن البول المتبقّي قد يسبب عدوى وتسرّباً وضغطاً يضرّ الكليتين. تُفرغ ISC **المثانة بالكامل** وفق جدول منتظم، مما يحلّ هذه المشكلات.

لماذا هي أفضل من القسطرة الدائمة

- **عدوى أقل** مقارنةً بالقسطرة الدائمة (المثبّتة)
- **لا كيس** وحرية أكبر — لا شيء مثبّت بين جلسات القسطرة
- حماية أفضل على المدى البعيد للمثانة والكليتين

قد تبدو الفكرة مرهقة في البداية، لكن معظم المرضى — والمقدّمين على الرعاية — يتعلّمونها بسرعة بمساعدة الممرضة.

تعلّم المصطلحات

ISC
القسطرة الذاتية المتقطعة — إفراغ المثانة بنفسك ثم سحب القسطرة.

القسطرة
أنبوب رفيع ناعم يُدخَل في المثانة لتصريف البول.

البول المتبقّي
البول الذي يبقى في المثانة بعد التبوّل.

المثانة العصبية
مثانة لا تعمل بصورة طبيعية بسبب اضطراب عصبي.

الأسلوب النظيف
غسل اليدين والمنطقة — نظيف وليس معقّماً تماماً.

القسطرة الدائمة
قسطرة مثبّتة مع كيس (ما تُساعد ISC على تجنّبه).

هل سيؤلم؟ في الغالب لا — يشعر معظم الناس بضغط خفيف فحسب، والقسطرة الحديثة مشحمة مسبقاً ورفيعة جداً. قد يكون هناك انزعاج طفيف أو نزيف خفيف في المرات الأولى. ستعلّمك الممرضة خطوةً بخطوة حتى تتقن الإجراء بنفسك.

كيف تُجرى (الأسلوب النظيف)

1. **اغسل يديك** وجهّز لوازمك؛ نظّف فتحة الإحليل.
2. **أدخل بلطف** القسطرة المشحمة حتى يتدفق البول، ثم تقدّم قليلاً.
3. دع المثانة **تفرغ بالكامل**، ثم اسحب القسطرة ببطء.
4. **تخلّص** من القسطرات أحادية الاستخدام (أو نظّف القابلة للإعادة وفق التعليمات) واغسل يديك.

معدّل التكرار

- عادةً **كل 4–6 ساعات** (نحو 4–6 مرات يومياً) — يحدد فريقك الجدول.
- لا تتخطّ الجلسات — الانتظام يمنع الامتلاء الزائد والعدوى.
- اشرب بصورة طبيعية؛ وتابع الكميات إذا طُلب منك ذلك.

معلومات مفيدة

- يمكن إجراؤها في أي حمّام نظيف؛ اللوازم خفيفة وسهلة الحمل.
- العكارة الطفيفة أو وجود بكتيريا أمر شائع — تُعالَج عدوى المسالك البولية (UTI) فقط عند ظهور **أعراض**.
- يمكن تعليم مقدّم الرعاية إذا كنت عاجزاً عن إجرائها بنفسك.

اتصل بفريقك الطبي إذا كان لديك:

- **تعذّر إدخال القسطرة**، أو خروج القليل من البول أو عدم خروجه مع الشعور بالامتلاء
- حمّى أو قشعريرة أو ألم في الظهر أو الخاصرة (عدوى محتملة)
- **نزيف مستمر** أو ألم شديد

ثلاثة أمور تذكّرها

1. ISC تُفرغ المثانة العاجزة عن الإفراغ — تحمي كليتيك وتمنع العدوى والتسرّب.
2. استخدم الأسلوب النظيف وفق جدول منتظم (غالباً كل 4–6 ساعات)؛ ستعلّمك الممرضة حتى تيسر عليك.
3. هي في الغالب غير مؤلمة وأأمن من القسطرة الدائمة. اتصل إذا تعذّر إدخالها، أو الإفراغ، أو ظهرت حمّى.