



Urinary
retention

احتباس ادراری

واحد آموزش سلامت

آموزش به بیمار:

- ◇ تشویق بیمار به ادرار کردن
- ◇ استفاده از گرما برای شل کردن اسفنکتر مانند حمام
- ◇ نشیمن، کمپرس گرم در ناحیه پرینه یا دوش گرفتن
- ◇ دادن مایعات گرم بدون کافئین
- ◇ استفاده از تکنیک های انگیزشی ساده مانند باز کردن شیرآب، لمس کردن شکم یا قسمت داخلی ران و یا فرو بردن دست های بیمار در آب گرم



لطفا اسکن کنید

منابع: بروئر سودارث، کلیه و مجاری ادراری
۲۰۱۸، ویراست ۱۴
www.medlineplus.org

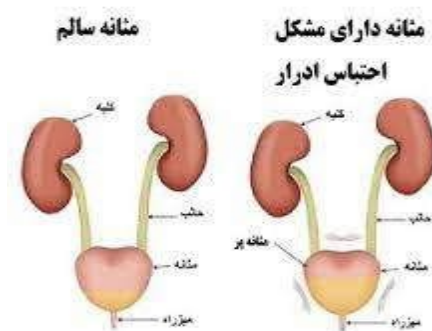
مشهد- انتهای خیابان آخوند خراسانی- خیابان
رازی شرقی- روبه روی سالن ورزشی مهران
۰۵۱-۳۸۵۸۷۴۱۵

درمان:

- **تخلیه مثانه با سوند گذاری:** در احتباس ادراری حاد با انجام سوندگذاری فشار روی مثانه برداشته شده و از آسیب به مثانه پیشگیری می شود.
- **استنت گذاری در حالب:** در زمان تنگی مجرا لوله ای مصنوعی به نام استنت، در ناحیه دچار گرفتگی وارد شده که می تواند موقتی یا دائمی باشد.
- **درمان دارویی:** شامل داروهایی که رشد پروستات را متوقف یا آن را کوچک می کنند و علائم احتباس ادراری ناشی از بزرگی پروستات را کاهش می دهند مانند فیناستراید یا داروهایی که عضلات خروجی مثانه را شل کرده و فشار ناشی از انسداد را کاهش می دهند مانند ترازوسین یا تامسولوسین.
- **اتساع حالب:** با گذاشتن لوله هایی با افزایش قطر که به تدریج وارد شده و در انتهای آن بالون کوچکی قرار داده شده است.
- **انجام تمرینات عضلات لگن:** به بیمار آموزش تقویت و شل کردن عضلات لگن داده می شود.
- این تمرینات معمولا بیشتر از مداخلات درمانی یا جراحی توصیه می شوند.

* احتباس ادراری :

احتباس ادراری به حالتی گفته می شود که مثانه ای که به طور کامل پر شده را نتوان کامل تخلیه کرد .
احتباس ادراری می تواند حاد یا مزمن باشد . که حالت حاد ناگهانی رخ داده و فقط مدت کوتاهی طول می کشد . این بیماران حتی با وجود پر بودن کامل مثانه قادر به ادرار کردن نیستند . که عارضه بسیار خطرناکی بوده و نیاز به اقدام و درمان اورژانسی دارد . معمولا احتباس ادراری حاد با ناراحتی و درد شدید همراه است . ولی در احتباس ادراری مزمن که عارضه ای دراز مدت است ، بیمار می تواند ادرار کند ، ولی تمام ادرار از مثانه تخلیه نمی شود .



• در احتباس ادرار مزمن بیماران غالبا تا زمان ابتلا به عوارض دیگری مانند بی اختیاری ادراری و یا عفونت ادراری از مشکل خود مطلع نبوده و هیچ گونه علامتی ندارند .

* علل احتباس ادرار :

• سنگ مثانه
• مشکلات عصبی یا ضایعات نخاعی
• مصرف بعضی داروها مانند:
آنتی هیستامین ها ، ضد اسپاسم ها و ضدفسردگی ها

• جراحی
• عفونت
• یبوست

* علائم احتباس ادراری حاد :

• ناتوانی در ادرار کردن
• نیاز فوری و توام با درد برای تخلیه مثانه
• درد یا ناراحتی در پایین شکم و نفخ در قسمت پایین شکم می باشد که این عارضه نیاز به درمان فوری دارد .

* علائم احتباس ادراری مزمن :

• تکرر ادرار بیمار ۸ بار یا بیشتر در روز
• خارج شدن ادرار به سختی شروع می شود .
• جریان ادرار ضعیف یا غیر روان است .
• علیرغم نیاز مبرم و فوری جهت تخلیه ادرار ، ادرار کردن با موفقیت کمی همراه است .
• همواره علیرغم ادرار کردن ، پس از تخلیه مقداری ادرار در مثانه باقی می ماند .
• احساس ناراحتی خفیف و دائمی در قسمت پایین شکم و دستگاه ادراری

* تشخیص :

• با بررسی سابقه پزشکی و معاینه بالینی
• آزمایش ادرار
• سیستوسکوپی
• رادیوگرافی و سی تی اسکن مثانه و آزمایشات
• رادیوگرافی و سی تی اسکن مثانه