

排尿异常的护理措施有哪些

潘 英

罗江区人民医院 四川德阳 618000

〔中图分类号〕R473 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2021) 03-067-01

产生尿液的器官为肾脏，尿液在输尿管的作用下传输至膀胱，在尿液量积累到一定的水平时，膀胱壁会受到尿液的刺激，在牵张感受器的作用下，兴奋信号传递至排尿中枢，随后传递至大脑，进而出现尿意。当患者出现排尿异常时，尿液无法被及时的排出，会显著提高泌尿系统并发症的诱发风险，降低生活质量。因此，当患者出现排尿异常后，则需要重视对患者的护理，促进患者排尿功能的恢复，改善患者的生活质量。

1 排尿活动异常病人的具体症状

排尿活动异常病人主要包括 6 种症状，具体如下。其一，尿失禁，当患者的神经功能异常或者膀胱括约肌受到破坏时，患者的排尿功能丧失，对尿液的控制能力不足，以至于尿液自行排出。根据尿失禁的诱因，可分为 3 种类型的尿失禁，包括压力性尿失禁、假性尿失禁、真性尿失禁。其二，尿潴留，主要是膀胱的尿液不断积累，但无法在自主意识下排出。通常情况下，尿潴留患者的膀胱尿量在 3000mL 左右，且由于尿液造成的压力，会导致膀胱底部呈现为高度膨胀状态，若延伸到患者的脐部，还可能使下腹出现疼痛感，而很难将尿液排出。其三，膀胱刺激症，患者通常会出现尿痛、尿急、尿频等症状。其四，无尿，主要是患者的尿量减少，患者在 12h 内无尿产生或者 1d 的尿量少于 100mL。其五，少尿，患者的尿量减少，通常情况下，每小时的尿量在 17mL 之内或者 1d 的尿量少于 400mL。其六，多尿，主要是患者的尿量增加，1d 的尿量多于 2500mL。

2 尿失禁病人的护理

2.1 重建排尿系统

对于尿失禁病人的护理而言，需要对其重建排尿系统，主要包括以下 3 种方式。其一，对患者进行肌肉力量训练，以正确的方式对患者的盆骨底部肌肉进行训练，主要是促进患者排尿控制能力的恢复。其二，对患者进行膀胱训练，在对患者进行训练之前，首先需要告知患者膀胱训练的作用，让患者认识到进行膀胱训练的重要性，能够使患者积极的配合训练，还需要告知患者膀胱训练的时间、方式，在训练时能够更加顺利的进行。并注意对患者排尿反射情况的观察，根据患者的排尿反射情况，制定合适的膀胱训练方案，并指导患者定期排尿。其三，液体摄入，若患者的病情相对稳定，则可以将患者白天的液体摄入量维持在 2000mL 左右，鼓励患者增加对水的摄取，从而对膀胱进行刺激，促进排尿反射的恢复。

2.2 外部引流

针对性别不同，外部引流的内容也有所差异，男性患者通过尿壶接尿，或者将尿袋与阴茎连接，而女性患者则需要将外阴部与尿壶相接触，以进行尿液的引流。另外，还应该重视对患者受压部位的按摩，促进局部的血液循环，保护

皮肤，降低压疮风险。

2.3 皮肤护理

需要重视对尿失禁患者的皮肤护理，为患者的床单上垫上柔软的垫子或者使用尿垫，还需要重视对患者会阴部位的清洁，清洁时应该将柔软的棉布浸于温水中，随后拧干，对患者的会阴部位进行擦拭，注意保持轻柔的擦拭力度，避免破坏患者的皮肤。对于尿失禁的患者而言，衣裤更加需要勤换，防止出现异味，还需要维持皮肤的干燥。

2.4 心理护理

以轻柔的语气与患者沟通，帮助患者缓解心理压力，积极的引导患者合理的发泄负性情绪，并对患者予以鼓励与同情。告知患者保持情绪稳定的重要性，并合理分散患者的注意力，可以向患者发放有趣的读物或者疾病的知识手册，以供患者打发时间，分散患者的注意力。

3 尿潴留病人的护理

3.1 健康宣教

向尿潴留病人讲解尿潴留的病理知识及临床特征，让患者了解到尿潴留的危害，告知患者需保持健康的生活方式、规律的作息，并遵循护理方案。告知患者应该保持身心的愉悦，放松身心，合理的转移注意力，减少负性情绪的诱发。

3.2 诱导排尿

主要是通过条件反射的方式对患者的排尿进行诱导，使用温水对患者的外阴进行冲洗，或者通过流水声对患者的排尿进行刺激。另外，也可以选择中医针灸的方式刺激患者的中极、曲骨，以达到诱导排尿的效果。

3.3 体位护理

对尿潴留患者进行体位护理尤为重要，正确的体位能够帮助患者排尿，若患者长时间卧床，则可以让患者坐直或者稍微上身，在调整患者的体位时应该照顾患者的护理需求，对患者的体位进行微微调整。另外，患者排尿时，尽量按照患者的习惯进行排尿，这样排尿更加容易。

3.4 心理护理

对尿潴留患者进行有效的心理疏导尤为重要，告知患者需要保持稳定的心理情绪，当出现情绪波动或者焦虑、烦躁时，可眺望远方，或者聆听柔和的轻音乐，引导患者回忆过往的美好，或者与患者聊聊生活中的趣事，从而分散患者的注意力，减少情绪对病情的影响，促进患者排尿功能的恢复。

4 结语

排尿异常会对患者造成严重的痛苦，不仅能够使患者感到严重的不适，也会诱发泌尿系统并发症，还能够影响患者的心理健康，对病情的控制极为不利。则需要对患者采取合理有效的护理措施，以提升患者的舒适体验，改善患者的生活质量。