



سوندهای کاندومی یکی از سیستم های تخلیه ادرار برای مردان است. این سوندها از یک کاندوم متصل به یک کیسه ادراری تشکیل شده اند. می توانید از سوندهای کاندومی برای جلوگیری از نشت بی اراده مثانه یا برای کمک به تخلیه مثانه خود استفاده نمایید. این وسیله بویژه برای کسانی مفید است که دچار ضعف دست هستند یا اینکه نمی توانند به موقع خود را به دستشویی برسانند. سوندهای کاندومی نسبت به دیگر سوندها کم خطر تر هستند و احتمال ایجاد عفونت ادراری با استفاده از آنها کمتر از سوندهای دیگر است. برای مطالعه دیگر گزینه های تخلیه مثانه به جزوه های [Spinal Cord Essentials](#) مراجعه نمایید. جزوه های موجود شامل [Foley Catheters](#) و [Intermittent Catheterization for women](#) و [Men](#) می شود.

انتخاب سوند کاندومی مناسب

انواع خوب این سوندها می توانند شما را خشک نگه دارند و مثانه شما را کامل تخلیه کنند. ممکن است پیش از یافتن نوع مناسب برای شما لازم باشد انواع گوناگونی را امتحان کنید. یافتن سوند کاندومی مناسب وابسته به موارد متعددی است مانند وضعیت قرارگیری، قیمت، اندازه و چگونگی واکنش پوست شما به آن.

مواد سازنده: کاندوم ها معمولاً از پلی وینیل یا سیلیکون ساخته می شوند. مواد جدید را پیش از استفاده درازمدت آزمایش کنید و اطمینان حاصل کنید که پوست شما جوش نمی زند.

یک بار مصرف: رایج ترین انواع کاندوم، یک بار مصرف هستند. طراحی آنها برای استفاده ۲۴ ساعته است ولی می توان آنها را تا ۴۸ ساعت هم نگاه داشت.

اندازه: انتخاب اندازه مناسب و کارگذاری متناسب اهمیت زیادی دارد. شرکتهای تولید کننده جداولی را تهیه کرده اند که می تواند شما را در انتخاب اندازه صحیح کمک کند. کاندوم هایی که بیش از حد کوچک هستند سبب بروز مشکلات پوستی می شوند. کاندوم هایی که بیش از حد بزرگ هستند یا نشت می کنند و یا در مواردی ناخواسته کنده می شوند.

شیوه کارگذاری: اغلب کاندوم ها خود به خود حالت چسبندگی دارند. معمولاً یک چسب دارند که سبب می شود کاندوم در جای خود قرار گیرد. انواع دیگر کاندوم با استفاده از چسب های نواری دوطرفه به ابتدای آلت تناسلی چسبانده می شوند.

احتیاط: وقتی از انواع جدید کاندوم و برای اولین بار استفاده می کنید، پوست خود را برای احتمال واکنش های آلرژیک بررسی نمایید. مواد سازنده کاندوم با مواد چسب می توانند باعث ایجاد حساسیت پوستی شوند.

طرز قرار دادن سوند کاندومی

مواد مصرفی

- سوند کاندومی (Condom Catheter)
- لوله و کیسه تخلیه ادرار
- دستمال مرطوب یا دستمال یا حوله های صابون دار
- پنبه الکل
- قیچی و ریش تراش
- چسب مخصوص دوطرفه (اختیاری)
- حفاظت کننده های پوستی برای حفاظت از پوست شما در برابر مواد چسب (اختیاری)



آماده سازی پوست

1. دستان خود را بشویید.
2. موهای ناحیه زهار خود را در اطراف و ابتدای آلت تناسلی بتراشید.
3. آلت تناسلی خود را بطور کامل با دستمال صابونی یا دستمال مرطوب تمیز کنید. ناحیه مذکور را آب کشی و خشک نمایید.
4. پوست خود را برای مشاهده قرمزی یا بریدگی بررسی کنید. اگر مشکلی را مشاهده کردید به پزشک خود اطلاع دهید.
5. اگر از حفاظت کننده های پوستی استفاده می کنید، آنرا در این مرحله روی آلت تناسلی خود بمالید.
6. اگر از چسب مجزا استفاده می کنید، آنرا به صورت مارپیچ روی بدنه آلت تناسلی خود قرار دهید. حالت مارپیچ سبب می شود که جریان خون کافی به آلت تناسلی برسد.

پس از شستشو، پوست ختنه گاه را به حالت عقب کشیده رها نکنید. در این صورت احتمال فشرده شدن آلت تناسلی و تورم آن وجود دارد.

جا گذاری کاندوم

هر گاه سوند کاندومی را جایگذاری می کنید، راهنمایی های ارائه شده همراه آنرا رعایت نمایید.

1. کاندوم را روی نوک آلت تناسلی قرار دهید. بین نوک کاندوم و لوله تخلیه حدود ۲ سانتی متر (۰,۷۵ اینچ) فاصله بگذارید.
2. کاندوم را به سمت پایین بکشید و دقت کنید که از همه طرف بصورت یکسان کشیده شود. ممکن است کشیدن آلت تناسلی به آهستگی، به کشیدن کاندوم کمک کند.

- وقتی که کاندوم بطور کامل باز شد، آنرا به آرامی به قسمت پایین آلت تناسلی خود به مدت ۱۵ ثانیه بفشارید. گرمای دست شما به چسبیدن آن کمک می کند.
- سپس کاندوم را بررسی کنید. باید بطور کامل چسبیده باشد بطوریکه جدا نشود. مراقب باشید که بیش از حد تنگ نباشد. اگر بیش از حد تنگ باشد، می تواند از گردش خون جلوگیری کرده ایجاد مشکل نماید.

در طول روز نیز سوند خود را چند بار بررسی کنید. مراقب باشید که آب پس ندهد و ادرار را تخلیه کند. همچنین پوست خود را برای وجود قرمزی بررسی نمایید. اگر فعالیت هایی انجام می دهید که می تواند سبب شل شدن سوند کاندومی شود، مثل جا به جایی یا ورزش، آنرا به دفعات بیشتر بررسی کنید.

اتصال کیسه ادراری

- مطمئن شوید که لوله اتصال به کیسه ادراری شما به اندازه کافی بلند باشد تا بتوانید به فعالیت های معمول خود بپردازید.
- اتصالات لوله ها را با پنبه الکل تمیز کنید. یک سر لوله را به نوک کاندوم و سر دیگر را به کیسه ادراری متصل کنید. دقت کنید که کاندوم پیچ نخورده باشد.
- کیسه تخلیه ادرار باید همیشه از سطح لگن (نشیمنگاه) شما پایین تر باشد. بدین ترتیب از پس زده شدن ادرار جلوگیری می شود. لوله را تا نکنید و یا پیچ ندهید.
- کیسه های اتصال به ساق پا را با بندهای کیسه به پایتان ببندید. باید کیسه را محکم ببندید ولی آنرا بیش از حد تنگ نکنید. هر چند گاهی پوست خود را بررسی کنید و ببینید که قرمزی یا آسیبی ایجاد نشده باشد. می توانید برای اتصال لوله به ران پایتان از یک بند اضافه استفاده کنید. بدین ترتیب از کشیده شدن کاندوم جلوگیری می شود. برای جلوگیری از کشیده شدن آن در زمان فعالیت می توانید از یک بند در قسمت ران استفاده نمایید.
- کیسه ادراری روی ساق پا را بیش از اینکه بیش از حد پر شود خالی کنید. اکثر کیسه ها حدود ۱۰۰۰ میلی لیتر (۴ فنجان) گنجایش دارند. کیسه های شبانه حدود ۲۰۰۰ میلی لیتر (۸ فنجان) گنجایش دارند.

راهنمایی: برای جلوگیری از آسیب دیدگی پوستتان، یک روز در میان کیسه ادراری ساق پا را روی پای متفاوتی ببندید.

برداشتن سوند کاندومی

از قسمت چسب دار شروع کرده به آرامی و با ملایمت کاندوم را بکشید. در اکثر موارد کاندوم به راحتی لوله می شود. اگر برای جدا کردن چسب مشکلی داشتید می توانید از یک پارچه مرطوب گرم استفاده کنید تا آنرا شل کند. دقت کنید که پارچه بیش از حد داغ نباشد. ممکن است لازم باشد که پارچه مرطوب را چندین بار به کار ببرید. کاندوم را با پاره کردن

آن جدا نکنید زیرا ممکن است به پوست شما آسیب وارد شود. همیشه پوست خود را برای وجود تورم یا تغییر رنگ بررسی کنید. اگر هر گونه مشکل پوستی پیدا کردید، بلادرنگ کمک پزشکی درخواست نمایید.

مشکلات احتمالی

تورم یا احساس ناراحتی در آلت تناسلی: قرمزی پوست یا پوسته پوسته شدن می تواند به دلیل مالیده شدن کاندوم به آلت تناسلی ایجاد شود. ممکن است کاندوم یا چسب آن بیش از حد تنگ باشد. در صورتی که پوست ختنه گاه خود را به حالت عقب کشیده رها کنید، ممکن است همین مشکل ایجاد شود. استفاده از کاندومی بزرگتر یا شل تر قرار دادن چسب را برای حل این مشکل در نظر داشته باشید. ممکن است بدن شما به چسب و یا حتی به ماده سازنده کاندوم واکنش نشان دهد. استفاده از یک مارک دیگر کاندوم یا چسب را برای حل این مشکل در نظر داشته باشید.

زخم: اگر روی آلت تناسلی شما زخم یا بریدگی ایجاد شد، با پزشک معالج خود تماس بگیرید. ممکن است تا زمان التیام پوستتان لازم باشد به شیوه ای دیگر مثانه خود را تخلیه نمایید.

تخلیه ناکافی: همیشه مطمئن شوید که لوله ها تا شده یا پیچ خورده نباشند. جمع شدن ادرار در کاندوم می تواند سبب ایجاد عفونت مثانه شود. همچنین، ماندن ادرار روی آلت تناسلی شما می تواند پوستتان را حساس کند. هنگامی که کاندوم را قرار می دهید، دقت کنید که بین نوک آلت و انتهای تخلیه کننده کاندوم حدود ۲ سانتی متر (۰٫۷۵ اینچ) فاصله باشد. اگر ادرار به خوبی تخلیه نشود، ممکن است لازم باشد از سونداژ متناوب استفاده نمایید. اگر باز هم ادراری تخلیه نشد، بلادرنگ کمک پزشکی درخواست نمایید.

نشت: اگر کاندوم شما نشت می کند، ممکن است بیش از حد گشاد باشد. می توانید برای جلوگیری از نشت ادرار از اطراف کاندوم، چسب را تنگ تر کنید.

در زمان نعوظ: اکثر کاندوم ها در زمان نعوظ مشکلی پیدا نمی کنند. سوند های کاندومی نباید در زمان هم خوابگی استفاده شوند.

با رعایت بهداشت فردی از ایجاد مشکلات پیشگیری کنید. دقت کنید ناحیه تناسلی شما همیشه خشک باشد.

برای اطلاعات بیشتر با پزشک یا پرستار خود تماس بگیرید.

شخصی های مراقبت

www.SpinalCordEssentials.ca

SCE2-Sa5-2015-11-27

©2015 University Health Network – Toronto Rehab. همه حقوق محفوظ است. عیارت سلب مسئولیت: اطلاعات تنها بمنظور آموزش ارائه شده است. در مورد نگرانیهای خاص یا درمانهای پزشکی با متخصص دارای صلاحیت پزشکی مشورت نمایید. University Health Network هیچ مسئولیتی در رابطه با هر گونه خسارت یا آسیب ناشی از اشتباه یا حذف مطالب در این نوشته را برای خود مقروض نمیداند و مسئولیت را از خود سلب نمی‌نماید.