



Οδηγίες

Αυτή η πληροφόρηση είναι για να ενισχύσει πληροφορίες που σας δόθηκαν από έναν επαγγελματία υγείας. Αν το βρίσκετε ακόμη δύσκολο να καταλάβετε ή να ακολουθήσετε αυτές τις οδηγίες, ζητήσετε έναν επαγγελματία υγείας να τις περιγράψει πάλι.

- Πιείτε μισό (½) ποτήρι υγρού ή νερό κάθε ώρα ή δύο λίτρα στη διάρκεια 24 ωρών. Εάν πιείτε τσάι ή καφέ, τότε να μη πιείτε άλλο υγρό για εκείνη την ώρα
- Ελαττώστε την κατανάλωση υγρών μετά τις 8 μ.μ. Αποφύγετε να πιείτε τσάι ή καφέ μετά τις 8 μ.μ.
- Εάν παίρνετε διουρητικά φάρμακα (όπως για παράδειγμα το Lasix), να τα πάρετε το πρωί και όχι αργά το απόγευμα
- Προσπαθήστε να ουρείτε κάθε δύο με τέσσερις ώρες ή όταν έχετε την έντονη επιθυμία να το κάνετε, αλλά να ΜΗΝ περιμένετε περισσότερο από τέσσερις ώρες
- Προσπαθήστε **διπλή ή τριπλή ούρηση**, π.χ. ουρήσετε στη λεκάνη, περπατήσετε πέρα-δώθε για πέντε λεπτά και μετά επιστρέψτε για να ουρήσετε και πάλι στην ίδια λεκάνη.

Μερικές φορές το να κάθεστε στην τουαλέτα λίγο περισσότερο βοηθά επίσης να αδειάσετε την κύστη σας λίγο περισσότερο. Αφού τελειώσετε την διπλή ή την τριπλή ούρηση, καλέστε μια νοσοκόμα να μετρήσει τα ούρα σας και να κάνει αμέσως μια ακτινογραφία κύστης. Μην το αφήσετε για πάρα πολύ γιατί αλλιώς η ακτινογραφία δε θα είναι ακριβής.

- Εάν ουρείτε καλές ποσότητες, και οι μετρήσεις των υπολοίπων των ούρων είναι χαμηλές, τότε η εξέτασή σας της ούρησης ήταν επιτυχής.
- Εάν αισθάνεστε ενόχληση να πάρετε αναλγητικά (Όπως για παράδειγμα το Panadol).
- Εάν η Εξέταση της Ούρησης ήταν αποτυχημένη, υπάρχουν δύο εναλλακτικές δυνατότητες ανοικτές στους ασθενείς:

Επιλογή 1: Ο ασθενής θα διδαχθεί Περιοδικό **Αυτο-Καθετηριασμό** που θα ελέγχεται στο σπίτι.

Επιλογή 2: Μπορεί να ανατοποθετήσουν τον καθετήρα στον ασθενή και να του δοθεί εξιτήριο να πάει σπίτι, για να επανέλθει στο θάλαμο του νοσοκομείου σε περίοδο 10 ημερών για μια άλλη Εξέταση της Ούρησης.