



## Hướng dẫn

Mục đích của thông tin này là hỗ trợ cho những thông tin mà chuyên viên y tế đã cung cấp cho quý vị. Nếu quý vị vẫn cảm thấy khó hiểu hay khó làm theo hướng dẫn này, hãy yêu cầu chuyên viên y tế giải thích lại.

- Uống nửa (½) ly chất lỏng hay nước mỗi tiếng hay hai lít trong vòng 24 tiếng. Nếu quý vị uống trà hay cà phê, thì dùng uống chất lỏng nào khác cho tiếng đồng hồ này
- Uống bớt nước sau 8g tối. Tránh uống trà hay cà phê sau 8g tối
- Nếu quý vị uống thuốc lợi tiểu (chẳng hạn như Lasix), uống vào buổi sáng đừng uống vào buổi chiều
- Có đi tiểu mỗi hai tới bốn tiếng hay khi có cảm giác muốn đi; nhưng ĐỪNG chờ quá bốn tiếng
- Có tiểu hai hay ba lần, vd tiểu vào chậu, đi vòng quanh năm phút rồi quay lại tiểu nữa vào cùng một chậu.

Thỉnh thoảng ngồi trên bàn cầu lâu hơn một chút cũng có thể giúp quý vị tiểu nhiều hơn. Sau khi đã tiểu hai hay ba lần, gọi y tá tới đo lường lượng nước tiểu và rọi bàng quang ngay lập tức. Đừng để quá lâu, nếu để lâu rọi sẽ không chính xác.

- Nếu quý vị tiểu được một lượng khá, và con số đo lường nước tiểu còn lại thấp, việc thử tiểu cho hết này đã thành công.
- Uống thuốc giảm đau thường xuyên nếu cảm thấy khó chịu (chẳng hạn như Panadol).
- Nếu việc Thử Đi Tiểu này không thành công, có hai lựa chọn cho bệnh nhân:

**Cách thứ nhất:** Bệnh nhân sẽ được dạy cho cách **về nhà tự gắn ống thông tiểu để có thể dùng một cách gián đoạn.**

**Cách thứ hai:** Bệnh nhân có thể được gắn ống thông tiểu lại và cho xuất viện về nhà; và 10 ngày sau tái nhập viện để thử lại một lần nữa.