

การดูแลตัวเองสำหรับผู้ป่วย  
ใส่สายระบายปัสสาวะ

“Double  
J Stent”



# คู่มือการดูแลตัวเองสำหรับผู้ป่วย ใส่สายระบายปัสสาวะ DJ Stent

## 1. สาย DJ Stent คืออะไร?

สาย DJ Stent คือท่อขนาดเล็กและนิ่มที่วางไว้ในท่อไต เพื่อช่วยระบายน้ำปัสสาวะจากไตลงสู่กระเพาะปัสสาวะ โดยปลายทั้งสองข้างจะมีลักษณะขดเป็นตัว "J" เพื่อป้องกันสายเลื่อนหลุด

## 2. อาการปกติที่อาจเกิดขึ้นได้ (Stent Symptoms)

อาการเหล่านี้อาจเกิดขึ้นได้ในช่วง 1-2 สัปดาห์แรก และมักจะดีขึ้นเอง:

- ปัสสาวะบ่อยหรือกะปริดกะปรอย: รู้สึกปวดปัสสาวะบ่อยกว่าปกติ
- ปัสสาวะมีเลือดปน: ปัสสาวะอาจมีสีชมพูหรือสีแดงจางๆ โดยเฉพาะหลังจากเดินมากหรือออกกำลังกาย
- ปวดหน่วงบริเวณท้องน้อยหรือสีข้าง: อาจรู้สึกตื้อๆ โดยเฉพาะเวลาปัสสาวะ (เกิดจากแรงดันปัสสาวะย้อนขึ้นไปไตชั่วคราว)
- รู้สึกเหมือนมีสิ่งแปลกปลอม: อาจรู้สึกกระคายเคืองในกระเพาะปัสสาวะ

## 3. วิธีดูแลตัวเองและบรรเทาอาการ

- **ดื่มน้ำมากๆ:** ดื่มน้ำวันละ 2-3 ลิตร (หากไม่มีข้อห้ามจากแพทย์) เพื่อลดการระคายเคืองและช่วยล้างลิ่มเลือด
- **เลี่ยงเครื่องดื่มกระตุ้น:** งดชา กาแฟ และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพราะจะทำให้กระเพาะปัสสาวะบีบตัวบ่อยขึ้น
- **งดออกกำลังกายหนัก:** หลีกเลี่ยงการยกของหนักหรือการออกกำลังกายที่รุนแรงในช่วงแรก เพราะจะทำให้ปัสสาวะเป็นเลือดมากขึ้น
- **ประคบอุ่น:** ใช้กระเป๋าน้ำร้อนประคบบริเวณท้องน้อยเพื่อลดอาการปวดเกรด
- **รับประทานยาตามสั่ง:** หากแพทย์ให้ยาคลายกล้ามเนื้อกระเพาะปัสสาวะ ควรทานให้ครบเพื่อลดอาการปวดหน่วง

## 4. อาการผิดปกติที่ต้องรีบมาพบแพทย์

หากมีอาการดังต่อไปนี้ ให้ติดต่อโรงพยาบาลทันที:

- มีไข้สูงหรือหนาวสั่น
- ปัสสาวะไม่ออก หรือปวดเบ่งอย่างรุนแรง
- ปัสสาวะมีเลือดสีแดงสดเข้ม (คล้ายน้ำแดงโมบีน) หรือมีลิ่มเลือดขนาดใหญ่
- ปวดสีข้างอย่างรุนแรง จนทานยาแก้ปวดแล้วไม่ทุเลา



## ข้อมูลสำคัญที่ผู้ป่วยต้องทราบ (สำคัญมาก)

- **สายนี้อยู่ชั่วคราว:** ต้องจำวันนัดหมายเพื่อมา **ถอดหรือเปลี่ยนสาย** ตามที่แพทย์กำหนด **ห้ามปล่อยทิ้งไว้นานเกินกำหนด** เพราะจะทำให้เกิดนิ่วเกาะสายหรือการติดเชื่อรุนแรงได้
- **กรณีที่มีสายระบายท่อไตหรือเส้นไหมที่ท่อปัสสาวะ :** หากคุณพบว่าไม่มีสายระบายท่อไตหรือมีเชือกเส้นเล็กๆ ออกมาจากท่อปัสสาวะ **ห้ามดึงเองเด็ดขาด** เพราะจะทำให้สายหลุดออกมา