## Đi tiểu



## Huớng dẫn

Mục đích của thông tin này là hỗ trợ cho những thông tin mà chuyên viên y tế đã cung cấp cho quí vị. Nếu quí 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 quí vị uống trà hay cà phê, thì đừng 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 quí vị uống thuốc lợi tiểu (chẳng hạn như Lasix), uống vào buổi sáng đừng uống vào buổi chiều
- Cố đi tiểu mỗi hai tới bốn tiếng hay khi có cảm giác muốn đi; nhưng ĐÙNG chờ qúa bốn tiếng
- Cố 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 quí 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 quí vị tiểu được một luợng khá, và con số đo luợng 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 lưạ 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.

DISCLAIMER The Royal Women's Hospital does not accept any liability to any person for the information or advice (or use of such information or advice) which is provided in this fact sheet or incorporated into it by reference. We provide this information on the understanding that all persons accessing it take responsibility for assessing its relevance and accuracy. Women are encouraged to discuss their health needs with a health practitioner. If you have concerns about your health, you should seek advice from your health care provider or if you require urgent care you should go to the nearest hospital Emergency Department. © The Royal Women's Hospital, June 2014