双 J 管留置期间自查表

麦圈 MEDPROBER · 患者版居家照护清单

打印后贴在床头，每天打勾

适用：输尿管里留置了双 J 管（输尿管支架）的患者。双 J 管在体内看不见，靠这张表管住三件事：多喝水、看症状、别忘了拔管。留置时间由手术医生定，到了日子必须回来拔，拖久了管子会长结石、拔不出来。

我的拔管预约日期：_____年____月____日（出院时向医生问清，当场填上）

每日打卡（完成一项勾一项）

项目	第1天	第2天	第3天	第4天	第5天	第6天	第7天
饮水足量，尿量充足	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
尿色看过（淡红常见，鲜红要留意）	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
没有憋尿，排尿后腰部没有明显胀痛	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
活动量适中，没有剧烈运动和重体力活	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
体温测过，没有发冷发热	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
膀胱刺激症状记了（尿频、尿急、尿痛程度）	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

留置期间的正常与不正常

· 活动后尿里带血丝、尿频尿急、下腹坠胀，是双 J 管最常见的反应，休息、多喝水后多能缓解。

· 不要憋尿。憋尿时膀胱压力升高，尿会顺着管子返流到肾脏，引起腰胀甚至感染。

· 避免突然的腰部剧烈活动和重体力劳动，减少管子移位的机会。

· 拔管是一个门诊小操作，多数经膀胱镜几分钟完成，不用住院，不要因为害怕而拖延。

出现这些情况，立即联系医院或就诊

· 发热、寒战，伴腰痛（提示尿路感染向上蔓延）

· 腰痛持续加重，休息不缓解

· 血尿鲜红不止，或者出现血块、排不出尿

· 尿量明显减少或无尿

· 到了拔管日期还没有去（立即联系医院改期，不要再拖）

扫码看手机版完整文章