

올바른 간헐적도뇨법 (Clean Intermittent Catheterization, CIC) 사용을 위한 안내 지침서 : 무엇이 궁금하신가요? (2020년 개정판)

본 지침서는 대한배뇨장애요실금학회에서 일회용 간헐적도뇨법이 필요한 환자 및 보호자에게 도움을 주고자 2018년 방광건강캠페인의 일환으로 제작되었으며 상업화의 의도가 없으며 특정 회사에 대한 지지가 없음을 알려드립니다. 본문에 기술되고 있는 회사로부터 어떠한 금전적 지원도 받지 않았으며 각 회사의 기술 순서는 특정인 혹은 특정 단체의 선호도나 제품의 성능과 관계가 없으며 회사 이름은 가나다 순으로 기술되어 있습니다.

본 지침서는 2020년도 11월에 제작되었으므로 추후 제품 가격 등의 정보가 변경될 수 있습니다. 더 많은 정보는 배뇨장애요실금학회 홈페이지(<http://www.kcsoffice.org>)의 [일반인 광장]에서 제공하고 있습니다.

내용안내

1. 간헐적도뇨법은 유치도뇨법(도뇨관을 계속 유치하고 있는 방법)에 비해 어떤 장점이 있고 왜 간헐적도뇨법을 해야 하나요?
2. 간헐적도뇨관을 구입하는데 보험 적용을 받으면 어떤 장점이 있고 어떻게 하면 보험 적용을 받아 처방 받을 수 있나요?
3. 보험 적용을 받을 수 있는 진단명/상병코드와 처방에 필요한 검사는 무엇인가요?
4. 간헐적도뇨관을 선택할 때 무엇을 고려해야 할까요?
5. 국내 시판중인 간헐적도뇨관의 종류, 특징, 가격, 연락처는 어떻게 되나요?
6. 간헐적자가도뇨법을 시행할 때 알고 있어야 할 주의사항은 무엇인가요?
7. 올바른 간헐적자가도뇨법은 어떻게 되나요?
8. 간헐적도뇨법을 시행할 때 어느 경우에 병원에 가야 하나요?

1. 간헐적도뇨법은 유치도뇨법 (도뇨관을 계속 유치하고 있는 방법)에 비해 어떤 장점이 있고 왜 간헐적도뇨법을 해야 하나요?

- 배뇨장애의 가장 큰 문제점 중 하나는 배뇨 후 방광에 남는 소변의 양(잔뇨)이 과도하게 많은 경우로 이러한 경우 잔뇨를 인위적으로 배출시켜 주어야 합니다. 잔뇨가 많이 남는 상태가 계속되면 **신장기능저하, 요로감염 등의 합병증**이 발생할 수 있습니다.
- 잔뇨를 인위적으로 배출하기 위한 대표적인 두 가지 방법은 도뇨관을 지속적으로 요도에 삽입하고 있는 [유치도뇨법]과 필요한 경우에만 소변줄을 일시적으로 삽입하여 잔뇨를 제거하는 [간헐적도뇨법, Clean Intermittent Catheterization, CIC] 방법이 있습니다. 또한, 환자 스스로 보호자의 도움 없이 필요한 경우 간헐적으로 도뇨를 시행하는 경우를 [간헐적자가도뇨법]이라고 합니다. 간헐적 도뇨를 위해 사용하는 도뇨관을 간헐적도뇨관이라고 합니다.
- 유치도뇨법으로는 대표적으로 폴리도뇨관 삽입술 및 치골상부방광도뇨관 삽입술이 있습니다. 요도를 통하여 폴리도뇨관을 삽입하고 유지하는 방법은 간편하지만 장기간 유치하고 있는 경우 요도협착, 요로감염의 합병증이 발생할 가능성이 높으므로

장기간 도뇨관을 통한 배뇨가 필요한 경우라면 치골상부 복벽을 통하여 도뇨관을 삽입하는 [치골상부방광도뇨법]이 더 편리할 수 있습니다.

- 간헐적자가도뇨법은 하루에 수 차례씩 스스로 도뇨관을 요도에 삽입하여 배뇨하는 방법입니다. 환자가 직접 해야 하므로 번거로울 수도 있지만 요로감염, 요도협착, 요로누공, 방광결석 등의 **합병증의 발생가능성이 유치도뇨법에 비교하여 현저하게 낮아** 가능하다면 가장 우선적으로 권장되는 도뇨법입니다. 그러므로, 국제적 지침서는 여러가지 방광을 관리하는 방법들 중에서 **간헐적자가도뇨법을 사용하는 것이 가장 좋은 치료 방법으로 권장**하고 있습니다.

2. 간헐적도뇨관을 구입하는데 보험 적용을 받으면 어떤 장점이 있고 어떻게 하면 보험 적용을 받아 처방 받을 수 있나요?

- 2016년 보건복지부 고시 제 2016-258호(일반 국민건강보험/기초생활수급자)와 2017년 12월 29일에 고시된 고용노동부고시 제2017-116호(산재환자로 지급 확대)에 의해 자가배뇨가 불가능한 신경인성방광 환자 중 대상상병에 해당되며, 3년 이내에 시행된 요역동학검사 결과 해당되는 진단을 받은 사람에 한해 보험 혜택을 받을 수 있습니다.
- **의료기관 1회 내원 시 처방가능한 최장 일수는 90일이고 1일 최대 6개까지 보험 적용을 받아서 처방 받을 수 있습니다.** 단 보험 적용 가능한 간헐적도뇨관은 건강보험 공단에 등록된 제품에 한합니다.
- 간헐적도뇨관의 산재보험의료기관 지급금액은 1일 기준가격이 9,000원 입니다. 즉, **1일 최대 9,000원까지는 환자는 10%만 본인이 부담하면 됩니다.** 단, 기초생활수급자나 차상위 본인부담경감 대상자(CEF)의 경우 기준 금액(9,000원) 범위 내에서 실제 구입금액의 100%를 지원받을 수 있어 자기 부담금이 없습니다.
- 국민건강보험환자의 경우, **의료기관(비뇨의학과 등)에서 발급된 건강보험 자가도뇨 소모성 재료 급여대상자 등록 신청서와 자가도뇨 소모성 재료 처방전**을 가지고 간헐적도뇨관 판매업소로 등록된 판매업소 혹은 의료기상에서 간헐적도뇨관을 구입

한 후 보험공단 혹은 시 군 구청에 등록신청서를 접수합니다(세금계산서 1부 준비: 구매내역서와 카드내역서 혹은 현금영수증). 환자가 직접 접수하는 대신 의료기상이나 의료기기 업체에서 대신 청구해주고 환불절차를 대신해주기도 합니다.

- 입원 중인 경우에는 아래와 같은 사항에 적용되지 않는다면 의료보험 적용이 가능합니다.
 1. 입원 중에 자가도뇨 관련 요양급여(현물급여 및 도뇨행위료) 혜택을 받은 경우
 2. 요양병원에 입원 중인 경우
- 산재환자의 경우 입원환자나 퇴원한 환자 모두 산재보험에 의한 보험 적용이 가능합니다. 국민건강보험환자와 달리 등록신청서가 필요 없으며 산재양식의 영양비 청구서, 자가도뇨 소모성 재료 급여대상자 등록 신청서와 자가도뇨 소모성 재료 처방전을 가지고 의료기상에서 간헐적도뇨관을 구입한 후 산재의료기관(사업장이 속한 근로복지공단 지사)에 신청합니다.
- 산재환자의 경우 직접 간헐적도뇨관을 구입한 경우에 정당한 사유가 있어야 인정되는 경우가 있으므로 미리 산재공단 담당자와 상의 후 직접 구매를 진행하는 것이 좋습니다.
- 공단에 등록된 제품 정보, 등록된 판매 업소 정보, 작성양식 등의 정보는 건강보험공단 사이트에서 확인이 가능합니다.
- 국민건강보험공단 사이버민원센터로 접속하여 [자가도뇨소모성재료 구입비]를 클릭하시면 공단에 등록된 제품 정보, 등록된 판매 업소 정보, 작성양식 등의 관련 정보를 확인할 수 있습니다. [http://minwon.nhis.or.kr/menu/retrieveMenuSet.xx?menuId=MENU_WBMAC02]

3. 보험 적용을 받을 수 있는 진단명/상병코드와 처방에 필요한 검사는 무엇인가요?

- 보험혜택이 가능한 상병명은 선천성 질환 10개 및 후천성 질환 25개로 표 1 및 표 2에 기술되어 있으며, 해당하는 경우 질환의 상병코드를 상병코드 작성란에 기입해야 합니다.
- 상병명이 해당되며 신경인성방광이 의심되는 경우 급여 대상자와 산재 대상자 모두 **최근 3년 이내의 의료기관에서 발행한 요역동학검사 결과지**가 필요하며 결과지에 다음 5가지 중 하나 이상에 해당하는 소견이 있어야 합니다.
 - 무반사방광, 배뇨근저활동성, 기능이상성배뇨, 배뇨근-외조임근협동장애, 배뇨근과활동성 및 수축력 저하
 - 비뇨기계통의 선천기형으로 요류역학 검사가 불가능한 경우(상태를 자세히 기재한 의사소견서 제출(상병 Q64.1, Q64.2, Q64.3, Q64.8, Q64.9에 해당))
- 급여 대상자로 인증 받게 되면 이를 유지하기 위해 **최초등록일로부터 2년 경과시점에서 재인증을 받아야 합니다.** 그 대상 및 방법은 아래와 같습니다.
 - 불완전장애로 호전가능성이 존재하는 척수손상(발병 후 2년 미만) 상병
 - 척수손상 이외 기타상병에 의한 신경인성 방광환자

- 방법: 최초 등록 후 2년 경과 시점에 요역동학검사를 재시행하여 환자상태평가를 통해 재등록 또는 해지 결정.

표 1. 선천성 신경인성 방광환자의 상병명과 상병코드(10개)

상병명	상병코드
이분척추	Q05
말린자두배증후군	Q79.4
복벽의 기타 선천기형	Q79.5
엘러스-단로스증후군	Q79.6
근골격계통의 기타 선천기형	Q79.8
방광외반	Q64.1
선천성 후부요도판막	Q64.2
요도 및 방광경부의 기타 폐쇄 및 협착	Q64.3
비뇨계통의 기타 명시된 선천기형	Q64.8
비뇨계통의 상세불명의 선천기형	Q64.9

표 2. 후천성 신경인성 방광환자의 상병명과 상병코드(25개)

상병명	상병코드
결핵성 수막염(G01*)	A17.0
뇌 및 척수의 결핵종(G07*)	A17.80
결핵성 수막뇌염(G05.0*)	A17.81
뇌 및 척수의 결핵성 농양(G07*)	A17.88
척수매독	A52.1
열대성 강직성 하반신마비	G04.1
달리 분류되지 않은 세균성수막뇌염 및 수막 척수염	G04.2
기타 뇌염, 척수염 및 뇌척수염	G04.8
상세불명의 뇌염, 척수염 및 뇌척수염	G04.9
달리 분류된 질환에서의 뇌염, 척수염 및 뇌척수염	G05
다발경화증	G35
시신경척수염(데빅병)	G36.0
중추신경계통의 탈수초질환에서의 급성 횡단 척수염	G37.3
하반신마비 및 사지마비	G82. ×
말총증후군	G83.4
혈관성척수병증	G95.1
상세불명의 척수압박	G95.2
척수의 기타 명시된 질환	G95.8

올바른 간헐적도뇨법(Clean Intermittent Catheterization, CIC)
 사용을 위한 안내 지침서: 무엇이 궁금하신가요?

상병명	상병코드
척수의 상세불명 질환	G95.9
달리 분류된 질환에서의 척수병증	G99.2
신경병성척추병증	M49.4
목부위의 신경 및 척수의 손상	S14. ×
흉부부위의 신경 및 척수의 손상	S24. ×
복부, 아래등 및 골반 부위의 신경 및 허리 척수의 손상	S34. ×
척수의 상세불명 부위의 손상	T09.3

4. 간헐적도뇨관을 선택할 때 무엇을 고려해야 할까요?

- 간헐적도뇨관은 신경인성 방광의 치료기구이자 식약처허가가 필요한 의료기기입니다. 아울러 개인의 방광용적 및 소변량의 상태에 따라 도뇨 횟수 등의 사용방법이 다를 수 있습니다. **본인에게 적합한 도뇨관 및 도뇨 횟수의 선택을 위해 반드시 사전에 의료전문가와 상의**하시고, 사용 전에 올바른 사용법을 충분히 숙지 하시길 바랍니다.
- 간헐적도뇨관 선택에 있어 다음과 같은 사항을 충분히 비교하고 제품을 선택해야 합니다.
 - 코팅 활성화 방법(개봉 후 즉시 사용, 30초활성화대기), 제품의 재질, 소변흡입구, 윤활코팅력, 내경사이즈, 소변 배출 속도, 이동 편의성, 소변 주머니 결합 여부, 도뇨관 개당 가격, 건강보험 공단 등록 제품여부, 도뇨횟수, 도뇨관 길이, 직경 등
- 도뇨관은 크게 코팅 도뇨관과 비코팅 도뇨관으로 구분할 수 있으며, 최근에는 따로 윤활제 및 장갑 등이 필요 없이 개봉 후 바로 사용할 수 있는 코팅 도뇨관을 많이 사용하고 있습니다. 코팅 도뇨관은 코팅이 이미 활성화되어 개봉 후 바로 사용할 수 있는 제품과 윤활제를 터뜨린 후 30초간 활성화단계를 거쳐 사용하는 제품으로 구분할 수 있습니다. 코팅된 제품의 경우 코팅제가 충분히 활성화된 후에 삽입해야 하며, 너무 오래 공기중에 노출이 되면 코팅이 마를 수 있으므로 주의해야 합니다.

비코팅 도뇨관 삽입 시 적절한 윤활제를 요도로 삽입이 되는 길이만큼 전체적으로 충분히 발라주는 것이 중요합니다.

- 재질에 따라 유연성 및 삽입 용이성에 차이가 있습니다. 폴리우레탄, PVC 재질인 경우 탄성이 좋아서 비교적 적은 힘으로 삽입이 용이하여 도뇨관 본체나 삽입부에 손을 대지 않고도 삽입할 수 있습니다. 특히, 보호자가 도뇨를 도와주는 경우 수월하게 실시할 수 있으며 삽입이 용이하여 처음 도뇨 교육을 받을 때는 더 쉬울 수는 있으나, 요도협착이 있는 경우 요도손상 등의 합병증을 유발할 수 있으므로 주의가 필요합니다. 이에 비해, 실리콘 재질은 PVC보다 유연합니다. 고무의 경우 유연성이 좋아서 부드럽게 들어가지만 요도가 좁은 경우 강도가 약해서 삽입이 잘 되지 않을 수 있으며, 삽입되는 도뇨관 본체 부위를 만지지 않기 위한 별도의 슬립이나 삽입 보조 장치가 필요할 수 있습니다.
- 도뇨관의 굵기는 도뇨관의 외경으로 표시하고 단위를 프렌치(Fr.)라고 합니다. 통상적으로 5~20 Fr.의 굵기를 사용하며 숫자가 작을수록 도뇨관의 굵기도 가늘어집니

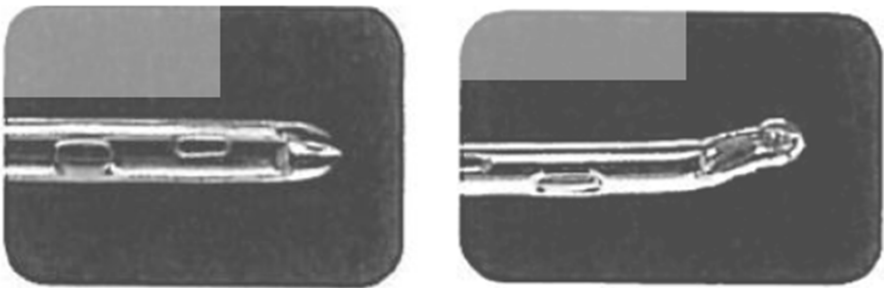


그림 1. 일반팁, 커브형팁과 유연한팁 모양 차이(출처: 콜로플라스트)

다. 그러나 같은 외경이어도 제품에 따라 내경의 사이즈가 다를 수 있습니다. **대부분의 성인은 12, 14(Fr.)를 사용합니다.** 전립선비대증으로 인해 도뇨관의 삽입이 어려운 남성의 경우 끝이 구부러진 커브형 도뇨관(커브형팁) 사용이 편리할 때도 있습니다(그림 1). 도뇨관 삽입을 꺼려하는 남성들에게는 최대 90°, 다양한 방향으로 구부러질 수 있고 카테터 본체와 일체형이라 떨어질 염려가 없는 유연한 팁(Flexible tip)의 사용을 통해 도뇨에 대한 거부감을 줄이도록 할 수 있습니다.

- 도뇨관의 길이는 보통 여성은 14~20cm 길이를 사용하고 남자는 대략 40cm 정도의 길이를 사용합니다(이는 보통 성인 여성의 경우 요도가 3~4cm 이고 남자의 요도 길이가 17~22cm 임을 고려한 결과입니다).

5. 국내 시판중인 간헐적도뇨관의 종류, 특징, 가격, 연락처는 어떻게 되나요?

- 국내 시판 중인 친수성 윤활제 코팅된 자가도뇨관은 세 회사 [BD코리아(구: 바드코리아(표 3)), 웰스펙트(표 4), 콜로플라스트(표 5)]에서 생산되고 있습니다. 가격대는 대부분 비슷하며 코팅 활성화 방법과 재질에서 가장 큰 차이가 있다고 볼 수 있습니다. BD코리아 및 콜로플라스트의 일부 제품의 경우 개봉 후 바로 사용할 수 있으며, BD코리아 및 웰스펙트의 일부 제품의 경우 윤활유주머니를 터뜨려 활성화한 후 사용해야 합니다. 웰스펙트 제품의 재질은 POBE, BD코리아 제품의 재질은 실리콘, 콜로플라스트 제품의 재질은 폴리우레탄과 PVC 입니다.
- 각 회사의 연락처는 아래와 같습니다 (가나다 순).
 - BD코리아(메직케어): 1566-1101
 - 웰스펙트: 1661-6658
 - 콜로플라스트: 1588-7866
 - 콘바텍 코리아: 080-3453-6333

표 3. BD코리아 제품

구분	제품번호	굵기	길이	특징	가격
남성용	50610	10FR	40cm	친수성 코팅 (윤활제 활성화 후 바로 사용 가능) 굴절형 팁 [상품명: 매직3]	하루4개 × 90일 =총 360개 환자 부담금: 81,000원 총 금액: 810,000원
	50612	12FR	40cm		
여성용	51610	10FR	15cm	친수성 코팅 (윤활제 활성화 후 바로 사용 가능) 직선형 팁 [상품명: 매직3]	하루4개 × 90일 =총 360개 환자 부담금: 81,000원 총 금액: 810,000원
	51612	12FR	15cm		
	51614	14FR	15cm		
소아용	52606G	6FR	25cm		
	52608G	8FR	25cm		
남성용	53310	10FR	40cm	무코팅 (별도의 윤활제 필요함) 직선형 팁 [상품명: 매직3]	하루6개 × 90일 =총 540개 환자 부담금: 81,000원 총 금액: 810,000원
	53312	12FR	40cm		
	53314	14FR	40cm		
여성용	51310	10FR	15cm		
	51312	12FR	15cm		
	51314	14FR	15cm		
소아용	52306	6FR	25cm		
	52308	8FR	25cm		

올바른 간헐적도뇨법(Clean Intermittent Catheterization, CIC)
 사용을 위한 안내 지침서: 무엇이 궁금하신가요?

구분	제품번호	굵기	길이	특징	가격
여성용	51810	10FR	15cm	친수성 코팅 (윤활제 활성화 필요 없이 바로 사용 가능) 직선형 팁 [상품명: 매직3 고]	하루4개 x 90일 =총 360개 환자 부담금: 81,000원 총 금액: 810,000원
	51812	12FR	15cm		
	51814	14FR	15cm		

표 4. 웰스펙트 제품

구분	제품번호	굵기	길이	특징	가격
남성, 소아용	4420800	8FR	30cm	코팅 (개봉 후 즉시 사용 가능) [상품명: 로프릭 오리고]	2,250원/개
	4421000	10FR	30cm		
	4421200	12FR	30cm		
남성용	4431000	10FR	40cm		
	4431200	12FR	40cm		
	4431400	14FR	40cm		
남성용 (커브드팁)	4441200	12FR	40cm		
여성용	4160800	8FR	15cm	코팅 (개봉 후 즉시 사용 가능) [상품명: 로프릭 센스]	2,250원/개
	4161000	10FR	15cm		
	4161200	12FR	15cm		
	4161400	14FR	15cm		

올바른 간헐적도뇨법(Clean Intermittent Catheterization, CIC)
 사용을 위한 안내 지침서: 무엇이 궁금하신가요?

구분	제품번호	굵기	길이	특징	가격
남성용	4001000	10FR	40cm	코팅 (개봉 후 물에 넣은 후 사용) [상품명: 로프릭]	1,500원/개
	4001200	12FR	40cm		
	4001400	14FR	40cm		
소아용	4010600	6FR	30cm		
	4030800	8FR	20cm		
여성용	4040800	8FR	15cm		
	4041000	10FR	15cm		
	4041200	12FR	15cm		
	4041400	14FR	15cm		
	4031200	12FR	20cm		
남성용 (커브드팁)	4051200	12FR	40cm		

표 5. 콜로플라스트 제품

구분	제품번호	굵기	길이	특징	가격		
소아용	5088	8FR	30cm	코팅 (개봉 후 물에 넣고 30후 사용 [상품명: 이지캐스]	1,500원/개 (보험 적용 시 150원)		
남성용	5350	10FR	40cm				
	5352	12FR	40cm				
	5354	14FR	40cm				
여성용	5368	8FR	20cm				
	5370	10FR	20cm				
	5372	12FR	20cm				
	5374	14FR	20cm				
남성용 (커브드팁)	5382	12FR	40cm				
소아용	28706	6FR	20cm			코팅 (개봉 후 즉시 사용 가능) [상품명: 스피디캐스]	2,250원/개 (보험 적용 시 225원)
남성용	28410	10FR	40cm				
	28412	12FR	40cm				
	28414	14FR	40cm				
	여성용	28508	8FR	20cm			
28510		10FR	20cm				
28512		12FR	20cm				
28514		14FR	20cm				

올바른 간헐적도뇨법(Clean Intermittent Catheterization, CIC)
 사용을 위한 안내 지침서: 무엇이 궁금하신가요?

구분	제품번호	굵기	길이	특징	가격
소아용	28608	8FR	30cm	코팅 (개봉 후 즉시 사용 가능) [상품명: 스피디캐스]	2,250원/개 (보험 적용 시 225원)
	28610	10FR	30cm		
	28612	12FR	30cm		
남성용	29010	10FR	40cm	코팅 (개봉 후 즉시 사용. 유연한 삽입 가능) [상품명: 스피디캐스 네비]	2,250원/개 (보험 적용 시 225원)
	29012	12FR	40cm		
	29014	14FR	40cm		
	29021	10FR	30cm		
	29022	12FR	30cm		
여성용	28578	8FR		코팅 (개봉 후 즉시 사용 가능) 소형, 휴대용 [상품명: 스피디캐스 컴팩트]	3,378원/개 (보험 적용 시 338원)
	28580	10FR			
	28582	12FR			
	28584	14FR			
남성용	28692	12FR			
여성용	28520	10FR		코팅 (개봉 후 즉시 사용 가능) 소변주머니 포함 [상품명: 스피디캐스 컴팩트 세트]	4,500원/개 (보험 적용 시 450원)
	28522	12FR			
	28524	14FR			
남성용	28422	12FR			

표 6. 콘바텍 제품

구분	제품번호	굵기	길이	특징	가격
남성용	421565	10FR	40cm	친수성 코팅 (수분 파우치 활성화 후 바로 사용 가능) [상품명: 젠틀캐스글라이드]	1,800원/개 (보험 적용시 180원)
	421566	12FR	40cm		
	421567	14FR	40cm		
	421568	16FR	40cm		
여성용	421571	10FR	18cm	친수성 코팅 (수분 파우치 활성화 후 바로 사용 가능) [상품명: 젠틀캐스 글라이드]	1,800원/개 (보험 적용 시 180원)
	421572	12FR	18cm		
	421573	14FR	18cm		
	421574	16FR	18cm		

6. 간헐적자가도뇨법을 시행할 때 알고 있어야 할 주의사항은 무엇인가요?

- 규칙적인 도뇨, 손씻기, 적당한 수분섭취, 가능한 1회용 도뇨관 사용 그리고 비코팅 도뇨관의 경우 요도 손상을 예방하기 위하여 적절한 윤활제를 충분히 바르고 삽입해야 하며, 가능한 코팅 도뇨관을 사용하는 것을 권장 합니다.
- 도뇨 횟수는 환자의 개인 방광 상태 및 소변량에 따라 다르지만 의료진이 정해진 횟수와 시간 간격을 유지하여 시행합니다.
- 과반사 증상, 즉 불안, 발한, 오한, 두통, 방광 팽만감 또는 충만감 등이 있을 때는 즉시 도뇨를 시행해야 합니다.
- 도뇨시 완전히 방광을 비우도록 노력해야 합니다.
- 손 씻기는 피부에 상주하는 세균의 수를 감소시켜 요로 감염을 예방하므로 도뇨 시행 전후 **손 씻기는 필수이며 도뇨 시행 전 요도 입구도 청결하게 유지해야** 합니다. 손을 씻은 후 다른 것을 만졌다면 손 소독제를 사용한 후 도뇨를 준비합니다.
- 사람은 건강을 유지하기 위해 적당한 양의 수분을 섭취해야 합니다. 도뇨를 하는 경우 1일 소변량이 1500~2000cc 가량 되도록 수분 섭취량을 조절합니다.

- 취침 도중 발생하는 요실금이나 도뇨하는 번거로움을 예방하기 위하여 취침 2~3시간 전부터는 수분 섭취를 제한하는 것이 좋습니다. 또한 카페인 함유된 음료(커피, 콜라, 녹차, 홍차 등)는 방광을 예민하게 하므로 섭취를 제한하는 것이 좋습니다.
- 간헐적도뇨법을 하는 동안 방광기능이 호전되어 자가 배뇨가 어느정도 가능할 수 있습니다. 이런 경우라도 잔뇨가 많이 남아 있을 수 있으므로 임의로 간헐적도뇨법을 중단하면 다시 방광기능이 악화될 수 있습니다. **간헐적도뇨법을 중단하거나 회수를 변경하는 것은 반드시 의료진과 상의해서 결정해야 합니다.**

7. 올바른 간헐적자가도뇨법은 어떻게 되나요?

■ 남성 환자의 경우(그림 2)

- 1) 편안한 장소에 도뇨 물품을 준비하세요(필요한 물품: 도뇨관, 수용성 윤활제, 물티슈 또는 물과 비누).
- 2) 사용하기 전 도뇨관 확인: 도뇨관이나 포장지에 손상이 있다면 사용하지 마세요.
- 3) 물과 비누를 이용하여 깨끗하게 손을 씻으세요.
- 4) 음경 끝을 물과 중성비누, 또는 물티슈로 청결하게 닦으세요. 물티슈로 닦을 때는 요도 입구를 중심으로 바깥 방향으로 돌리면서 닦으세요.
- 5) 도뇨 자세: 변기 앞에 서거나 앉으세요(대부분 서서 하는 자세를 선호).
- 6) 도뇨관 끝에 수용성 윤활제를 충분히 바르세요(제품에 따라 윤활제가 필요 없는 경우가 있으니 확인하세요).
- 7) 음경을 60~70도 각도로 세워 잡은 후 소변이 나올 때까지 요도 안으로 도뇨관을 천천히 부드럽게 삽입하세요. 소변이 나오기 시작하면 도뇨관을 조금 더 삽입하고 소변이 다 나올 때까지 도뇨관을 잡고 기다리세요.
- 8) 소변이 다 나오고 나면 도뇨관을 천천히 제거하세요. 도뇨관을 제거하는 도중 소변이 더 나오면 잠시 멈추고 기다리세요.
- 9) 도뇨가 끝나면 손을 씻고 소변의 양상을 관찰하세요: 소변색, 냄새, 혼탁도

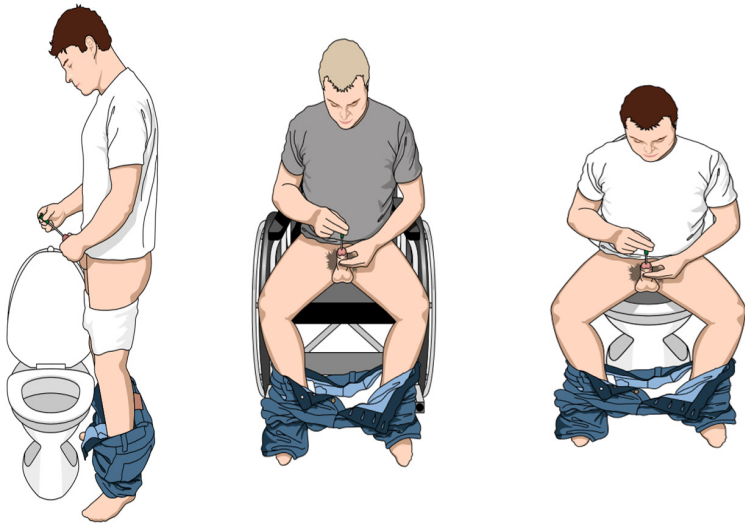


그림 2. 남자 환자의 경우 참고 그림(출처: 웰스펙트)

■ 여성 환자의 경우(그림 3)

- 1) 편안한 장소에 도뇨 물품을 준비하세요(필요한 물품: 도뇨관, 수용성 윤활제, 물 티슈 또는 물과 비누, 손거울).
- 2) 사용하기 전 도뇨관 확인: 도뇨관이 포장지에 손상이 있다면 사용하지 마세요.
- 3) 물과 비누를 이용하여 깨끗하게 손을 씻으세요.
- 4) 도뇨 자세: 다리를 벌리고 엉덩이를 살짝 앞으로 당겨 비스듬히 기대어 앉으세요.
- 5) 요도 주변을 물과 중성비누로 씻거나, 한 손으로 음순을 벌리고 물티슈로 요도 주변을 앞에서 뒤로 깨끗하게 닦으세요.
- 6) 도뇨관 끝에 수용성 윤활제를 충분히 바르세요(제품에 따라 윤활제가 필요 없는 경우가 있으니 확인하세요).
- 7) 요도 안으로 도뇨관을 소변이 나올 때까지 천천히 부드럽게 삽입하세요. 소변이 나오기 시작하면 도뇨관을 조금 더 삽입 한 후 소변이 다 나올 때까지 도뇨관을 잡고 기다리세요.
- 8) 소변이 다 나오고 나면 도뇨관을 천천히 제거하세요. 도뇨관을 제거하는 도중 소변이 더 나오면 잠시 멈추고 기다리세요.
- 9) 도뇨가 끝나면 손을 씻고 소변의 양상을 관찰하세요: 소변색, 냄새, 혼탁도

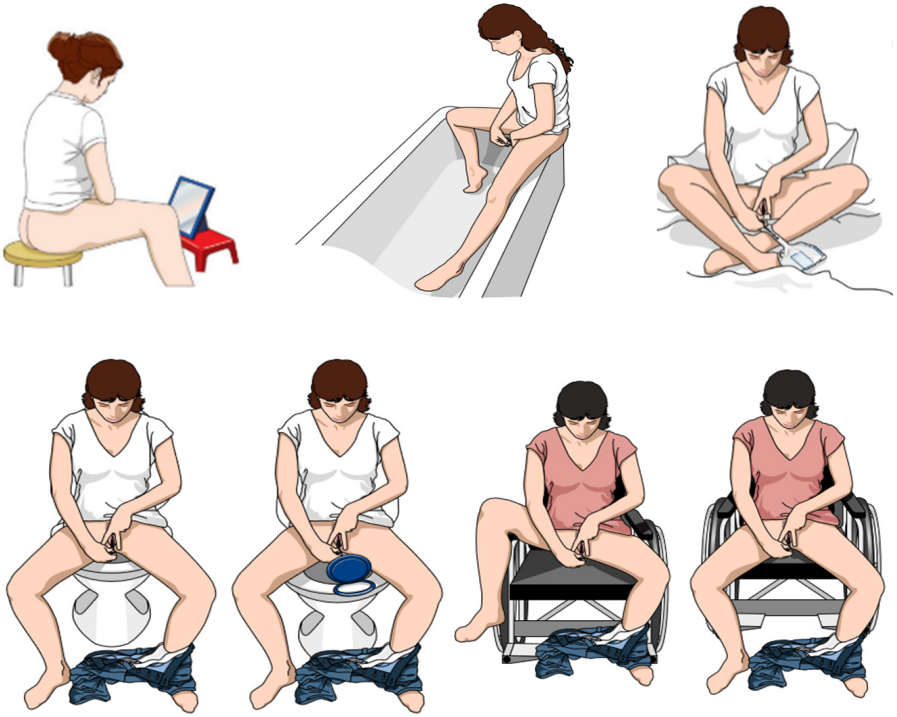


그림 3. 여자 환자의 경우 참고 그림(출처: 웰스팩트)

8. 간헐적도뇨법을 시행할 때 어느 경우에 병원에 가야 하나요?

- 요로감염의 증상이 의심되는 경우(옆구리 통증이 있으면서 고열 및 오한이 있는 경우, 하복부 통증, 두통 및 전신소견 악화, 소변에서 악취가 나는 경우)
- 도뇨관 삽입시 요도 통증이 심하거나 요도 출혈이 심한 경우(요도 출혈이 있는 경우에는 도뇨관을 삽입하여 소변이 나올 때에는 거의 피가 안보이나 도뇨관을 제거 후 도뇨관에 피가 묻어 나오거나 제거 후에 요도구 끝으로 피가 나오는 증상이 있을 수 있습니다.)
- 도뇨관 삽입이 안 되는 경우



대한배뇨장애요실금학회
KOREAN CONTINENCE SOCIETY

올바른 간헐적도뇨법
(Clean Intermittent Catheterization, CIC)
사용을 위한 안내 지침서: 무엇이 궁금하신가요?
2020년 개정판

인쇄일 2020년 11월 13일
발행일 2020년 11월 19일
발행처 대한배뇨장애요실금학회
홈페이지 : <http://www.kcsoffice.org/>
TEL : 02-832-2230
회 장 김대경 을지대학교병원
발행인 배재현 고려대학교 안산병원
김재현 순천향대학교 서울병원
유상준 서울특별시 보라매병원
장훈아 어비뇨기과
채지윤 미즈러브 여성비뇨기과
편종현 강북삼성병원
태범식 고려대학교 안산병원
펴낸곳 에이플러스기획
서울시 중구 예장동 삼익파크빌 B211-3호
TEL : 02-582-8572, 704-8574
E-mail : app@app2010.com

출판등록 129-82-63511

ISBN 979-11-87733-16-4

이 책의 판권은 대한배뇨장애요실금학회에 있습니다.
이 책 내용의 전부 또는 일부를 사용하려면 반드시
대한배뇨장애요실금학회의 서면 동의를 받으셔야 합니다.