

SÉQUENCES DE L'AUTOSONDAGE

Lave-toi les mains correctement avec de l'eau et du savon ou bien avec une lingette antibactérienne sans alcool.



Catheters PLUS^{TM/MC}

(877) 563-7422 (844) 604-2322

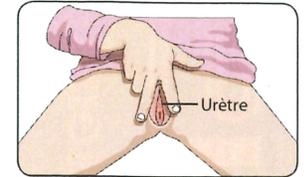
info@cathetersplus.com • www.cathetersplus.com

Choisis la position qui te convient le mieux. Effectue le sondage.



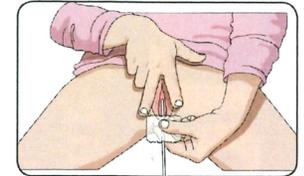
Sors la sonde de son emballage. D'une main, écarte doucement les lèvres (regarde bien l'illustration pour la position de tes doigts). Tu devrais alors voir l'ouverture de ton urètre.

Astuce : ne t'inquiète pas si tu n'arrives pas à trouver ton urètre du premier coup. Essaie de te détendre et fais une pause si tu en as besoin. Tu peux aussi utiliser un miroir pour le repérer.



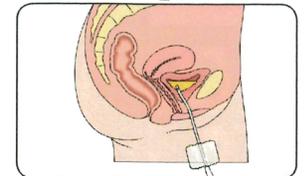
Avec ton autre main, insère lentement la sonde dans ton urètre jusqu'à ce que l'urine commence à couler. Assure-toi que l'embout de la sonde est dirigée vers les toilettes (sauf si tu utilises un kit de sondage)

Astuce : quelques fois, cela peut être plus facile de tenir comme un stylo. Cela peut faciliter l'insertion.

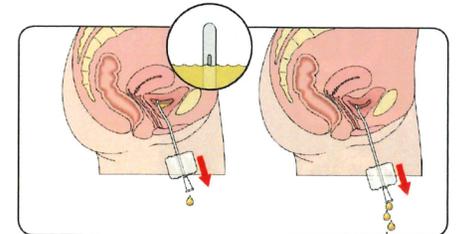


Quand l'urine commence à couler, enfonce la sonde d'un ou deux centimètres de plus, afin d'être sûre que les deux orifices de la sonde soient bien dans la vessie. Tu peux maintenant lâcher les lèvres.

Astuce : une fois que l'urine a commencé à s'écouler, maintiens la sonde en bougeant le moins possible.

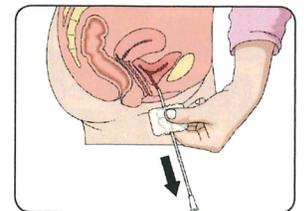


Pour permettre une vidange complète de ta vessie, retire la sonde lentement et par étapes : sors la sonde de quelques centimètres, si l'urine recommence à couler, arrête et attends que cela cesse. Répète ce geste jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'urine qui sorte.



Quand tu es sûre que ta vessie est bien vide, finis de retirer la sonde lentement.

Astuce : pince ou plie la sonde avant de la retirer complètement pour être sûre que les dernières gouttes restent dans la sonde.



La dernière chose que tu dois faire, c'est de te laver les mains encore une fois.

