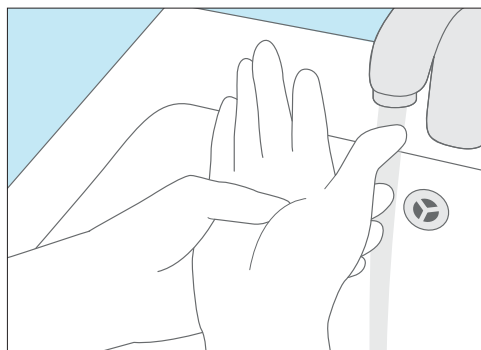
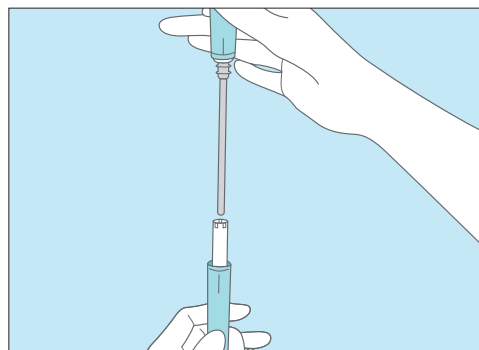


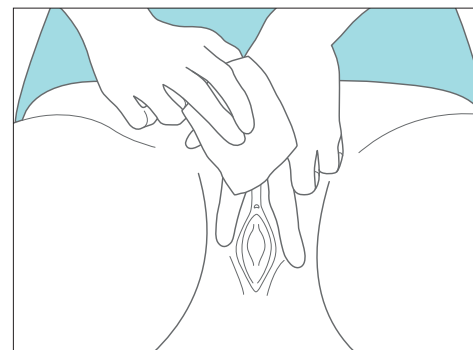
# Kateterisering for kvinner\*



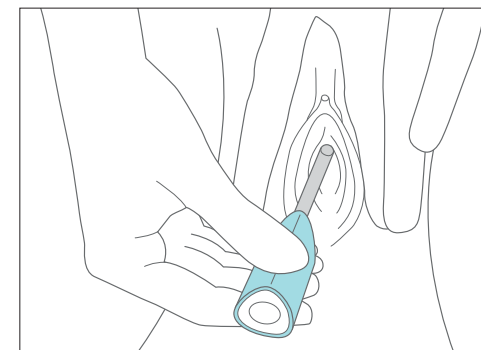
Vaske hendene



Åpne kateteret



Desinfisere



Kateterisere

*Denne beskrivelsen av gjennomføringen er for høyrehendte. Venstrehendte må tilpasse prosedyren tilsvarende.*

- 1 Vask hendene dine.
- 2 Legg alt nødvendig utstyr til rette på et lett tilgjengelig sted.
- 3 Ta av så mye klær at det blir mulig å gjennomføre en uhindret kateterisering.
- 4 Posisjoner deg sittende på toalettet. Ved offentlige toaletter uten integrert desinfeksjonsanlegg bør du, hvis det er mulig, gjennomføre den intermitterende selvkateterisering stående.

- 5 Plasser kateteret ditt innen rekkevidde. Anbefaling: Benytt kateteret SpeediCath® som er klart til bruk og som har et allerede aktivert belegg. Dette forårsaker mindre arbeid, og du sparer tid.
- 6 Desinfiser hendene dine.
- 7 Bruk en egnet desinfeksjonsspray. Som alternativ kan du bruke sterile kompresser med et desinfeksjonsmiddel for slimhinner.
- 8 Hold de ytre og indre kjønnsleppene godt fra hverandre med pekefingeren og langfingeren på venstre hånd. Gjennomfør nå desinfeksjonen i henhold til legens anvisninger.

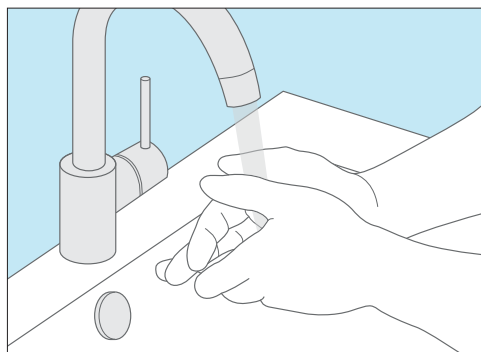
- 9 Etter en kort virketid holder du på nytt kjønnsleppene fra hverandre og fjerner den første kompressen.
- 10 Tørk av urinrørsåpningen én gang med den andre sterile kompressen.
- 11 Ved bruk av et kateter uten belegg, fører du nå glidemiddel inn i urinrørsåpningen.
- 12 Ta tak i kateterets bakre ende med tommelfingeren og pekefingeren på høyre hånd for å trekke det ut av pakningen. Dersom du benytter et kompakt kateter, trekker du dette ut av pakningen.

- 13 Hold kjønnsleppene fra hverandre, og ved hjelp av visuell kontroll (speil festet på låret) fører du kateteret innover i urinrøret, til urinen begynner å renne. Før nå kateteret ytterligere 1 – 2 cm videre inn i blæren.
- 14 Når urinen slutter å renne, dreier du kateteret litt og trekker det langsomt ut for å tømme blæren fullstendig.
- 15 Kast det brukte materialet i en avfallsbeholder og vask hendene.

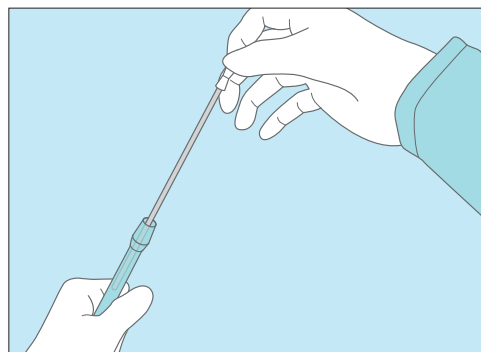
**Kateteret må aldri føres inn med makt. Ellers er det stor fare for at det ømfintlige urinrøret kan bli skadet!**

\*Vennligst les den medfølgende bruksanvisningen nøye før du bruker produktet.

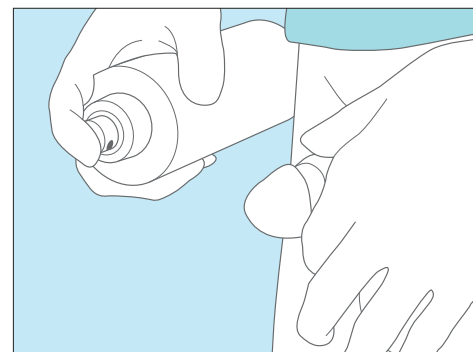
# Kateterisering for menn\*



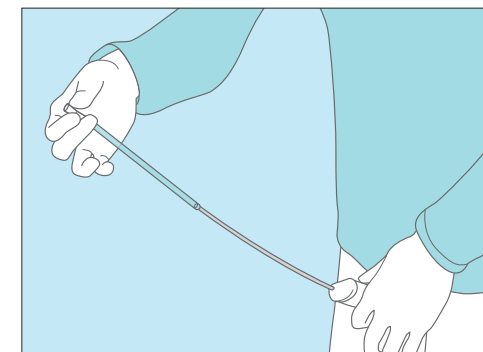
Vaske hendene



Åpne kateteret



Desinfisere



Kateterisere

*Denne beskrivelsen av gjennomføringen er for høyrehendte. Venstrehendte må tilpasse prosedyren tilsvarende.*

- 1 Legg alt nødvendig utstyr til rette på et lett tilgjengelig sted.
- 2 Vask og desinfiser hendene dine.
- 3 Ta av så mye klær at det blir mulig å gjennomføre en uhindret kateterisering.
- 4 Posisjoner deg stående eller sittende, avhengig av fysiske handikap.

- 5 Hold rundt penis med den venstre hånden. Trekk forhuden tilbake, og åpne urinrørsåpningen lett med tommelfingeren på venstre hånd.
- 6 Gjennomfør nå desinfeksjonen i henhold til legens anvisninger.
- 7 Hold pakningen loddrett, dreii lokket av og åpne pakningen. Trekk kateteret fullstendig ut av det lille røret, helt til du hører et klikk. Kateteret er nå klart til bruk. Berør kateteret kun på den hvite konnektoren, slik at det ikke blir usterilt.

- 8 Ta tak i penis med venstre hånd og løft den opp mot magen, slik at det oppstår en vinkel på ca. 60° mellom penis og mage. Med den høyre hånden fører du kateteret, ved å strekke penis litt, ca. 6–8 cm inn i urinrøret. Da føler du en motstand. Senk penis ned til naturlig stilling og før kateteret videre inn i urinrøret, helt til urinen begynner å renne ut av blæren.
- 9 Når urinen slutter å renne, trekker du kateteret ut litt etter litt for å tømme blæren fullstendig.

**Kateteret må aldri føres inn med makt. Ellers er det stor fare for at det ømfintlige urinrøret kan bli skadet!**

\*Vennligst les den medfølgende bruksanvisningen nøye før du bruker produktet.