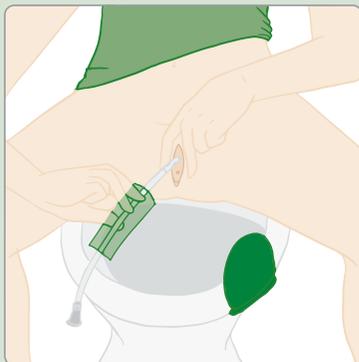


Versorgungsstandard ISK

Anleitung zum Selbstkatheterisieren für Frauen

Die richtige Position

Die richtige Position sollte es bequem ermöglichen, den Harnröhreneingang gut zu sehen. Am besten verwenden Sie für eine gute Sicht einen handelsüblichen Spiegel, den Sie zwischen Toilette und Toilettenbrille klemmen.



Auf der Toilette sitzend:
Spiegel zwischen Toilette und Toilettenbrille geklemmt.



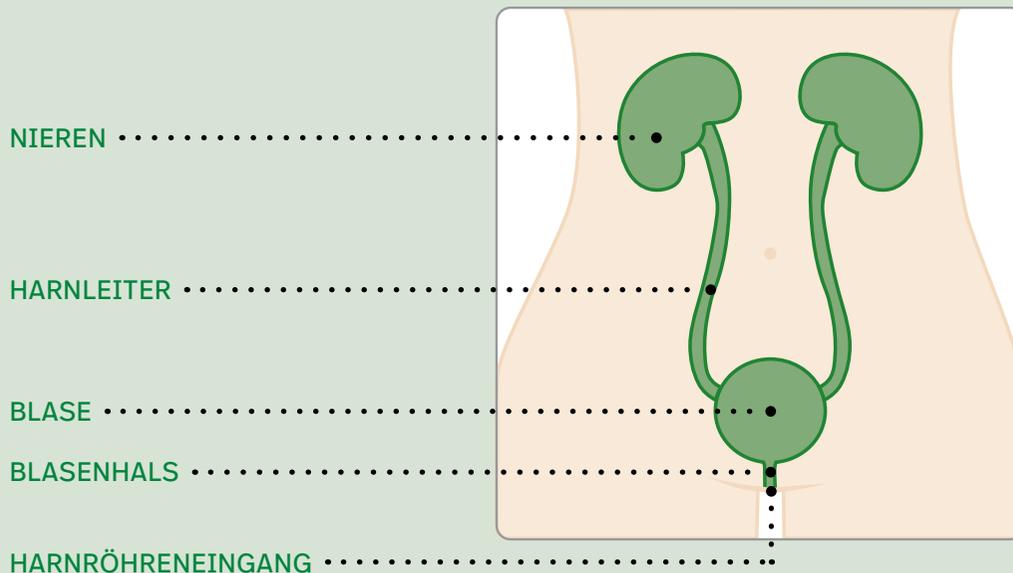
Über der Toilette stehend:
Hier sollten Sie einen Katheter mit 40 cm Länge verwenden.



Im Rollstuhl vor der Toilette:
Auch hier sollten Sie einen Katheter mit 40 cm Länge verwenden.



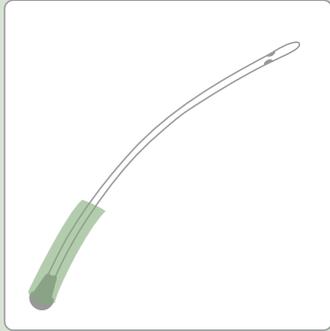
**Vorn auf dem geschlossenen Toiletten-
deckel sitzend:** Nur Katheter mit Auffang-
beutelssystem verwenden.



 Schauen Sie sich den Intimbereich mit Hilfe eines Spiegels genau an. Nicht bei jeder Frau ist die Harnröhrenöffnung problemlos zu erkennen. Unter Umständen ist nur eine „sternenförmige“ Vertiefung zu sehen.

 Für ein unkompliziertes Katheterisieren ist es ratsam, eine bequeme Position einzunehmen und sich im Allgemeinen zu entspannen.

Vorbereitung



Bitte legen Sie sich alle notwendigen Materialien in Reichweite bereit:

- ◆ Katheter (falls notwendig: Auffangbeutel)
 - ◆ Sprühflasche mit Schleimhautdesinfektionsmittel
 - ◆ evtl. sterile Kompressen und Händedesinfektionsmittel
1. Falls Sie kein gebrauchsfertiges Kathetersystem verwenden, müssen Sie die Beschichtung des hydrophilen Katheters aktivieren (siehe Gebrauchsanweisung). Bei Bedarf schließen Sie einen Auffangbeutel an den Katheter an.

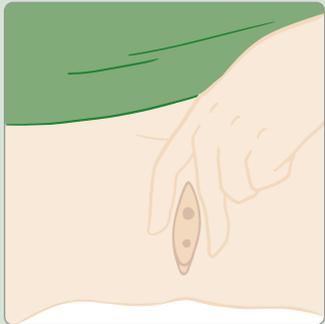


2. Stellen Sie sicher, dass der Katheter nicht verunreinigt/kontaminiert wird (z. B. Aufhängen auf den Klebepunkt).
3. Entkleiden Sie sich, um sich ungehindert katheterisieren zu können.
4. Waschen Sie sich die Hände gründlich mit Seife und verwenden Sie zudem ein Händedesinfektionsmittel.
5. Nehmen Sie anschließend eine für Sie bequeme Position zur Katheterisierung ein.
6. Für den Genitalbereich verwenden Sie zur Desinfektion Kompressen bzw. Tupfer. Benetzen Sie diese mit Schleimhautdesinfektionsmittel.



Bitte berühren Sie nicht den Bereich der Komresse, welcher mit der Haut direkt in Kontakt kommt, um Infektionen zu vermeiden!

Durchführung

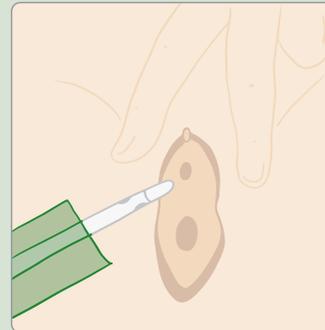


Spreizen Sie mit Zeige- und Mittelfinger oder Daumen und Zeige- oder Mittelfinger die Schamlippen. Probieren Sie hierfür verschiedene Fingerkombinationen. Falls Sie den Harnröhreneingang im Spiegel sehen, halten Sie die Schamlippen gespreizt und desinfizieren den Harnröhreneingang. Bitte beachten Sie die hierfür vorgeschriebene Einwirkzeit des Herstellers.

- ◆ **Sprühdesinfektion:**
Sprühen Sie einmal, wischen Sie mit einer Komresse von vorne nach hinten (Richtung After) ab, sprühen Sie erneut und lassen Sie es einwirken.
- ◆ **Wischdesinfektion:**
Mit getränkten Kompressen (2–4 Stück, jeweils nur einmal verwenden) vom Harnröhreneingang Richtung After wischen.
- ◆ **Bei eingeschränkter Handfunktion:**
Legen Sie die getränkten Kompressen zwischen die kleinen Schamlippen direkt vor den Harnröhreneingang. Warten Sie die Einwirkzeit (siehe Herstellerangaben) ab. Nach dem Entfernen der Kompressen die Schamlippen bis zum Einführen des Katheters gespreizt halten!



Falls der ausgepackte Katheter durch unsterile Materialien (Kleidung, Haut, Haare etc.) verunreinigt wurde, muss er durch einen neuen Katheter ersetzt werden (gemäß den Leitlinien der Deutschen Gesellschaft für Urologie).



1. Der Katheter muss nun berührungsfrei in den Harnröhreneingang eingeführt werden.
2. Schieben Sie ihn vorsichtig weiter vor bis Urin fließt. Für ein optimales Abfließen schieben Sie den Katheter noch ca. 1 cm weiter, damit beide Katheteröffnungen in der Blase sind.
3. Die Schamlippen können Sie nun loslassen. Fließt kein Urin mehr, ziehen Sie den Katheter langsam zurück und entfernen Sie ihn vorsichtig.



4. Um eine Sogbildung beim Herausziehen zu vermeiden, sollten Sie den Katheter dabei unterhalb des Trichters abknicken. Entsorgen Sie alle Materialien ordnungsgemäß und waschen Sie sich die Hände.



Sollten Sie den Katheter versehentlich in der Scheide platziert haben, belassen Sie ihn erst einmal dort. Nehmen Sie einen neuen Katheter und führen Sie ihn in den Harnröhreneingang. Nach dem Katheterisieren entfernen Sie bitte beide Katheter.

Versorgungsstandard ISK | Anleitung zum Selbstkatheterisieren für Frauen

For Life Produktions- und Vertriebsgesellschaft für Heil- und Hilfsmittel mbH
Am Studio 16 · 12489 Berlin · Hotline **0800 - 87 22 436** (gebührenfrei)