



INFORMATIONS THÉRAPEUTIQUES

L'AUTO-SONDAGE URINAIRE



CETTE FICHE D'INFORMATION EST DESTINÉE AUX PATIENTES.
CE DOCUMENT, COMPLÉMENTAIRE DE L'INFORMATION ORALE
QUE VOUS AVEZ REÇUE, PERMET DE VOUS ACCOMPAGNER
DANS VOTRE AUTONOMISATION.

PÔLE FEMME-ENFANT
SERVICE DE GYNÉCOLOGIE

QU'EST-CE QUE L'AUTO-SONDAGE ?

Lorsque la vessie ne se vide plus naturellement, il est possible de pratiquer l'auto-sondage.

Cette technique consiste à évacuer vous-même l'urine de votre vessie, en introduisant une sonde urinaire par l'urètre.

Le sondage urinaire intermittent est en général indiqué dans les cas suivants :

- absence de contrôle de la vidange de la vessie ;
- rétention urinaire accompagnée de fuites d'urine par trop-plein ;
- vidange incomplète de la vessie ;
- infections urinaires dues à un résidu d'urine dans la vessie.

LES OBJECTIFS DE L'AUTO-SONDAGE

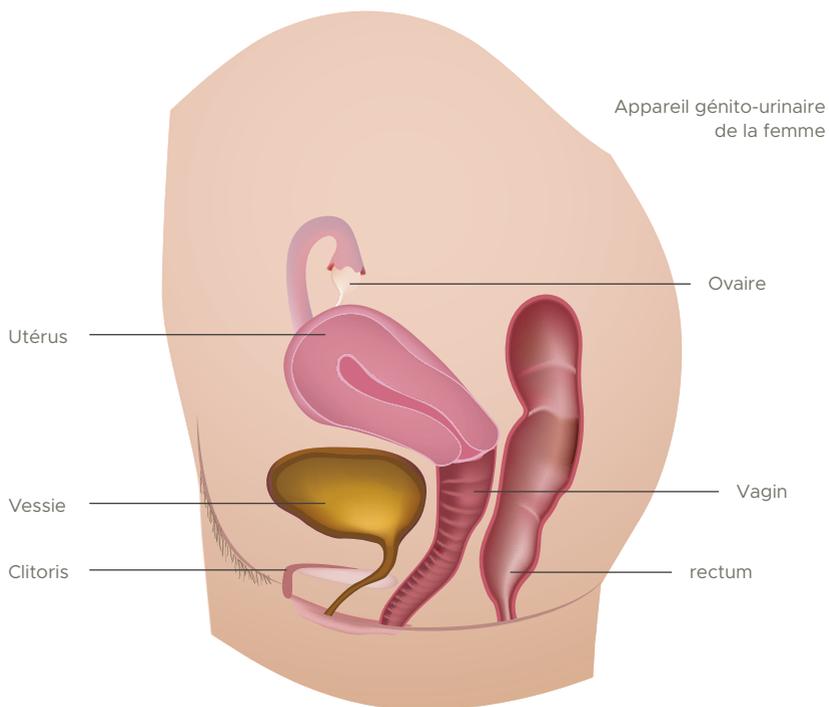
L'auto-sondage intermittent vise à :

- obtenir une vidange de la vessie satisfaisante ;
- éviter les infections urinaires ;
- améliorer le confort et l'autonomie ;
- préserver, à long terme, la fonction rénale ;
- faciliter la vie sociale et professionnelle, la reprise de l'activité sexuelle, les loisirs, les voyages, la pratique du sport ;
- rééduquer la vessie.

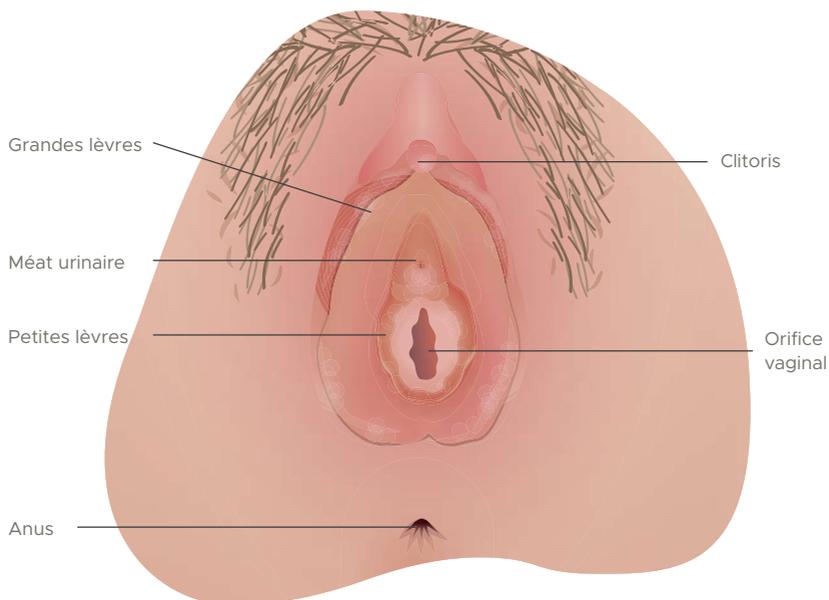
COMMENT APPRENDRE L'AUTO-SONDAGE ?

LE SYSTÈME URINAIRE

L'urine est sécrétée en permanence par les reins. Elle s'écoule par les uretères jusque dans la vessie, où elle est stockée. Cette dernière se vide complètement par l'urètre. C'est la miction.



Chez la femme, l'orifice de l'urètre, le méat, est situé entre le clitoris et l'ouverture du vagin.



LE MATÉRIEL NÉCESSAIRE

- De l'eau, du savon neutre non agressif pour la toilette ;
- Du savon pour se laver les mains à chaque sondage ou du désinfectant pour les mains ;
- Des compresses imbibées de sérum physiologique ou des lingettes humides ;
- Une sonde à usage unique stérile pré-lubrifiée (avec sac de collecteur éventuel) ;
- Les WC ou un récipient de recueil des urines ;
- Une poubelle classique ou à défaut un sac d'élimination des déchets ;
- Un miroir, une lampe (facultatif).

LES POSITIONS POUR L'AUTO-SONDAGE

Le sondage peut être réalisé :

- en position debout (jambes demi-fléchies) ;
- en position assise aux toilettes ;
- en fauteuil roulant ;
- au lit en position demi-assise.

LA TECHNIQUE DE L'AUTO-SONDAGE



Positions pour l'auto-sondage

- Lavez-vous très soigneusement les mains à l'eau et au savon.
Si pas de point d'eau, utilisez un désinfectant pour les mains ;
- Préparez tout le matériel ;
- Ouvrez l'emballage de la sonde ;
- Disposez le tout à proximité : lavabo ou à côté des WC ;
- Connectez la sonde si nécessaire à un sac collecteur des urines ;
- Trouvez une bonne position, soit assise, soit debout devant les WC ;
- Désinfectez-vous les mains ;
- À l'aide du miroir ou au toucher, repérez bien le méat urinaire ;
- Écartez les lèvres à l'aide de l'index et du majeur ;
- Nettoyez le pourtour du méat urinaire de l'avant vers l'arrière, en utilisant à chaque fois une compresse ou une lingette ;
- Avec une main, écartez bien les lèvres ;
- Avec l'autre main, prenez la sonde et introduisez-la délicatement dans le méat urinaire ;
- Si la sonde pénètre par erreur dans le vagin, éliminez-la et recommencez avec une nouvelle sonde ;
- Les urines s'écoulent ;
- Dès que l'écoulement s'arrête, pressez manuellement le bas-ventre afin de vider complètement la vessie ;
- Retirez la sonde lentement en contrôlant l'écoulement d'urine (pour une vidange complète) ;
- Éliminez la sonde et les différents emballages dans la poubelle ;
- Lavez-vous les mains.

QUE FAIRE EN CAS D'INCIDENT EN COURS DE SONDAGE ?

- La sonde tombe ou touche un objet : prenez-en une autre ;
- La sonde glisse ou pénètre dans le vagin : prenez une autre sonde ;
- La sonde est difficile à introduire : c'est probablement un spasme du sphincter qui serre sur l'urètre. Détendez-vous, changez de position, attendez un peu avant de recommencer ;
- Il y a du sang sur la sonde : la présence de sang en faible quantité est le plus souvent liée à une irritation de l'urètre et disparaît entre 3 et 8 jours. Ne forcez pas le passage de la sonde. En cas de persistance, contactez le médecin ou une infirmière spécialisée ;
- En cas de réaction allergique, d'irritation, d'intolérance à la sonde, contactez le médecin ou une infirmière spécialisée. Un modèle différent de sonde pourra vous être proposé.

QUELS SONT LES INCONVÉNIENTS DE L'AUTO-SONDAGE ?

L'auto-sondage peut entraîner une irritation de l'urètre (brûlure) qui disparaît après quelques jours. Si elle persiste, il convient de contacter un médecin.

