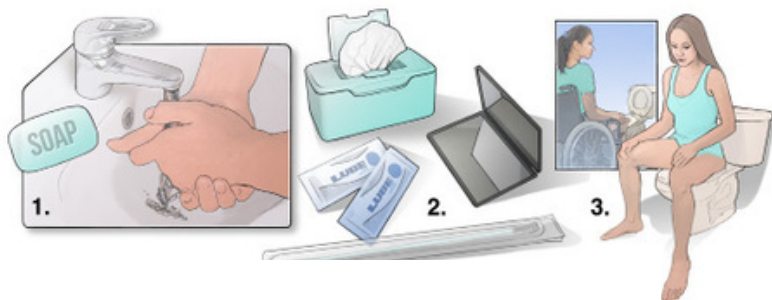


Norādījumi pārtrauktai (intermitējošai) kateterizācijai sievietēm

Pirms sākat, sagatavojiet nepieciešamos līdzekļus:

- Katetru noslēgtā iepakojumā.
- Lubrikantu, ja nelietojat hidrofilo katetru.
- Materiālus roku mazgāšanai.
- Urīna savākšanas trauku, ja nekateterizējaties, sēžot uz tualetes poda.



1. Rūpīgi nomazgājiet rokas ar ziepēm un ūdeni vai izmantojiet antibakteriālu roku dezinfekcijas līdzekli.

2. Novietojiet nepieciešamos līdzekļus tā, lai tie būtu viegli sasniedzami.

3. Ieņemiet ērtu pozīciju — apsēdieties uz tualetes poda vai ratiņkrēsla ar kājām nedaudz izplestām.

4. Sagatavojiet katetru:

a. Hidrofilais katetrs: Ja katetram iepakojumā ir ūdens maisiņš, pirms iepakojuma atvēršanas nospiediet maisiņu uz pusēm, lai šķidrums izplūst. Pavērsiet iepakojumu uz priekšu un atpakaļ vai atstājiet to mierā uz 30 sekundēm, ja nepieciešams (ievērojiet ražotāja norādījumus). Atveriet iepakojumu un izņemiet jauno, ieeļļoto katetru.

b. Ja izmantojat lubrikantu: Atveriet katetra iepakojumu un izņemiet katetru. Uzklājiet bagātīgu lubrikanta daudzumu uz katetra gala un pirmajiem katetra centimetriem.

5. Ar nedominējošo roku atdaliel lielās kaunuma lūpas, izmantojot divus pirkstus, lai atrastu urīnizvadkanāla atveri. Turpinot turēt lūpas atdalītas, noslaukiet urīnizvadkanāla apvidu no priekšpusēs uz aizmuguri ar mitru salveti. Nekādā gadījumā neberzējiet turp un atpakaļ pāri urīnizvadkanāla atverei.

6. Ar dominējošo roku uzmanīgi ievietojiet katetru urīnizvadkanāla atverē un virziet to, līdz sāk plūst urīns.

7. Turiet katetru nekustīgi, līdz urīna plūsma apstājas un urīnpūslis ir pilnībā iztukšots.

8. Kad urīns pārstāj tecēt, lēnām pagrieziet katetru starp pirkstiem, vienlaikus to izvelkot.

9. Izmetiet katetru un izmantotos materiālus. Nomazgājiet rokas.

