



<https://helpspinabifida.ru/>

ПАМЯТКА

Самостоятельная катетеризация для девочек

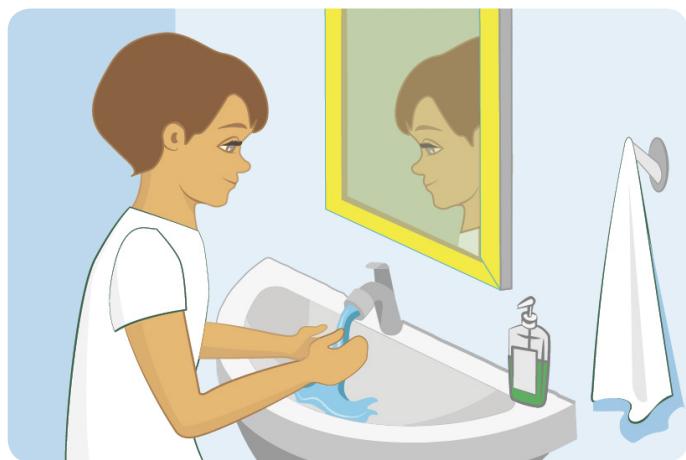


1 Приготовьте заранее катетер и все что нужно для гигиены. Удобнее всего хранить принадлежности в непрозрачной сумочке, подходящей по размеру.

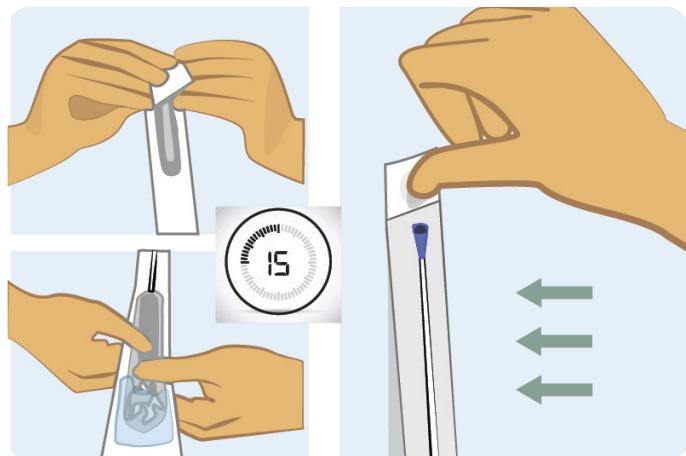
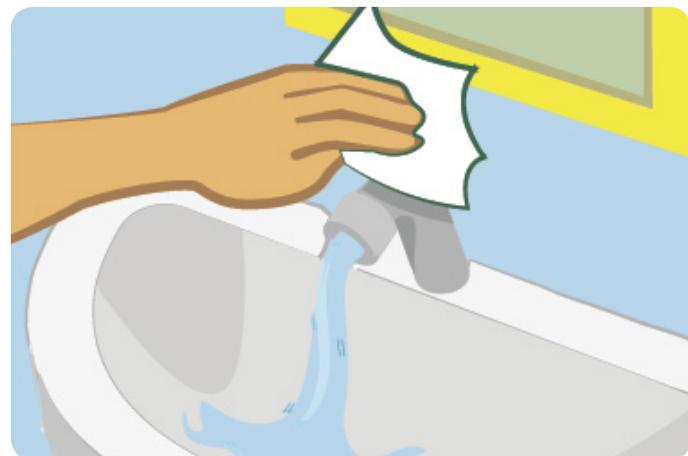


3 Иногда требуется протереть салфеткой кожу промежности под нательным бельем.
(Часто в этой зоне есть сильные загрязнения, которые лучше убрать ДО гигиены слизистых половых органов)

2 Разденьтесь ниже пояса (Спустите нательное белье ниже колен, обычно так удобнее катетеризировать мочевой пузырь). Если Вы передвигаетесь на коляске, разденьтесь так, как вам удобно.

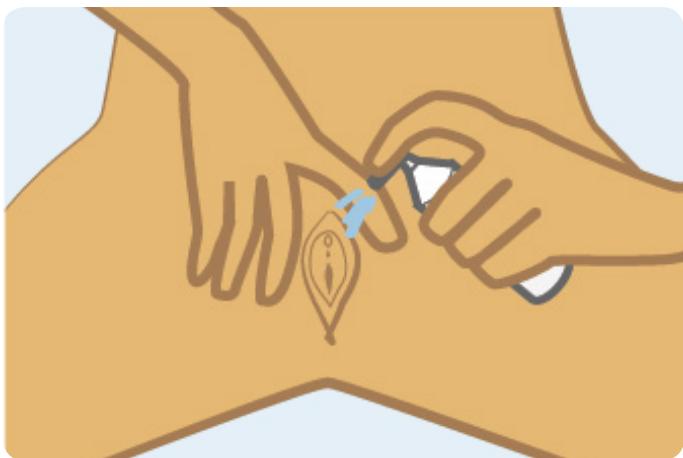


4 Помойте руки с мылом, не забудьте про кончики пальцев и ногти. Или обработайте антисептиком для кожи рук.
(Основная грязь скапливается именно под ногтями)

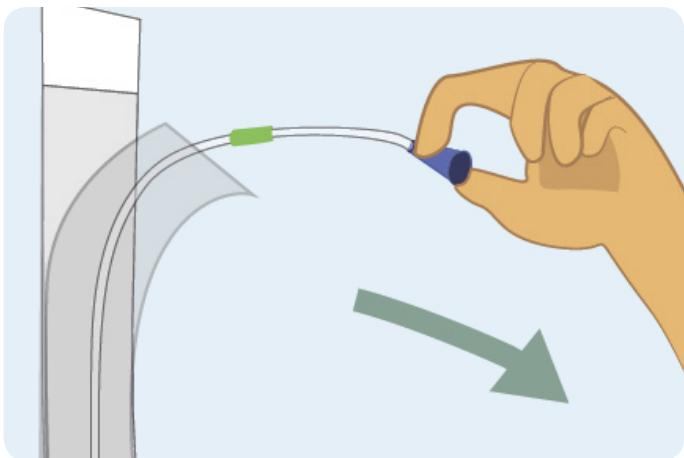


5 Не дотрагиваясь до крана или стен в туалете, чистыми руками достаньте принадлежности для катетеризации.
(Можно использовать бумажное полотенце или немного туалетной бумаги, чтобы закрыть краны с водой).

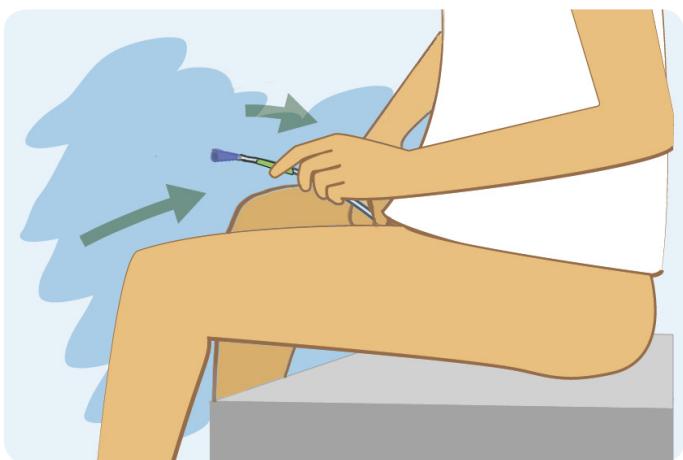
6 Откройте упаковку с катетером. (Если требуется активация водой, активируйте катетер). Прикрепите катетер, чтобы у вас освободились обе руки.



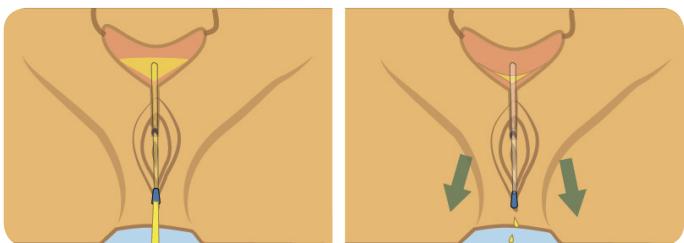
7 Свободной рукой сделайте так, чтобы отверстие, откуда течет моча стало свободно для введения катетера (мальчики и девочки делают это по-разному). Нанесите в эту зону раствор антисептика для слизистых из распылителя или с помощью ватного диска.



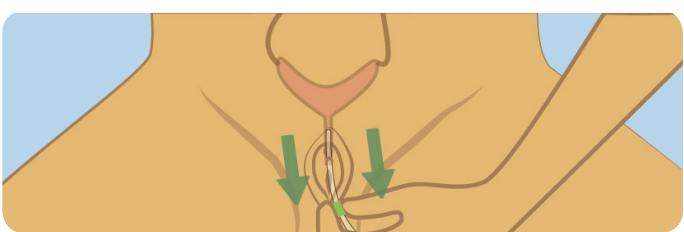
8 Достаньте катетер, удерживая его за цветной наконечник. Не дотрагивайтесь катетером ни до каких поверхностей. Запрещено трогать катетер руками 10 -15 сантиметров от кончика, вводимого в мочевой пузырь.



9 Медленно введите катетер по каналу в мочевой пузырь, пока не увидите, что из катетера начинает течь моча. После того как стала течь моча, обычно требуется продвинуть катетер внутрь еще на 1-2 сантиметра. (Процедура катетеризации мочевого пузыря должна быть максимально удобной и не доставлять дискомфорта).



10 Дождитесь, пока моча не перестанет выделяться. Медленно, совсем немного потяните катетер наружу, если моча снова стала выделяться, дождитесь пока струя прекратится.



11 Плавно вытяните катетер полностью, выкиньте его вместе с упаковкой в мусорную корзину.



12 Помойте руки и оденьтесь.

<https://helpspinabifida.ru/>



<https://www.facebook.com/helpspinabifida/>



<https://vk.com/spina.bifida>

