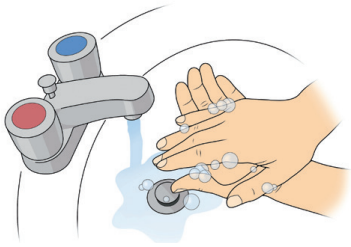
Cómo usar una sonda recta

Autosondaje para mujeres

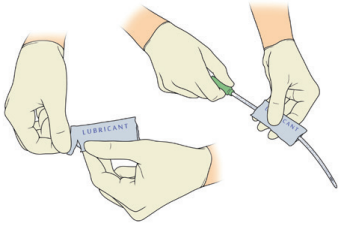
Paso 1 Tenga todos sus materiales listos y en un lugar cerca de usted.



Paso 2 Lave sus manos o póngase guantes.

Paso 3 Lave alrededor de la abertura uretral usando agua tibia con jabón antibacterial de adelante hacia atrás o, si es posible, desinfecte utilizando un aplicador de algodón con Betadine o toallitas desechables con cloruro debenzalconio.

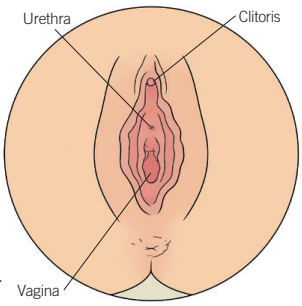
Paso 4 Remueva la sonda de su empaque. Lubrique la sonda con un lubricante soluble.



Paso 5 Siéntese en el inodoro, póngase de pie sobre el inodoro, o siéntese en una silla o silla de ruedas para iniciar el autosondaje.

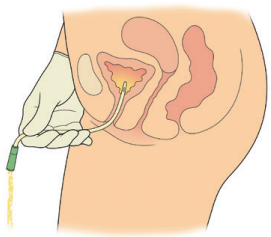


Paso 6 Use sus dedos para separar los pliegues de la piel (labios) que cubren la abertura urinaria (uretra). Encuentre la abertura urinaria con su dedo. Al principio, puede ser útil usar un espejo



Paso 7 Inserte la sonda despacio dentro de su uretra. Si hay resistencia cuando la sonda llegue a su músculo esfínter, respire profundo y suavemente aplique una presión constante.No fuerce la sonda.





Paso 8 Cuando la orina comience a fluir, inserte la sonda aproximadamente 2.5 cm. Permita que la orina fluya al inodoro o a un recipiente.

Paso 9 Cuando el flujo de orina se detenga, retire la sonda lentamente.

Paso 10 Deseche la sonda.



Diferentes maneras de lubricar una sonda:

- Rompa ambos extremos del empaque del lubricante y deslice la sonda a través del paquete.
- Rompa la parte superior del empaque del lubricante (o utilice un tubo de lubricante) y ponga lubricante a lo largo de la sonda.

Para videos y más instructivos recursos, visita **www.howtocath.com.**

La información de este folleto no debe serutilizado en lugar de una visita, llamada o consulta con un médico u otro proveedor de atención médica.

Teléfono (877) 688-2729 | Fax (888) 718-0633 | www.180medical.com |