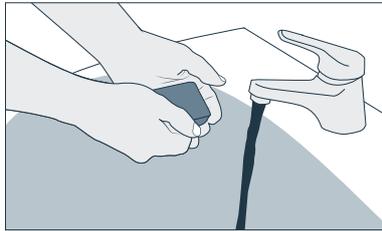


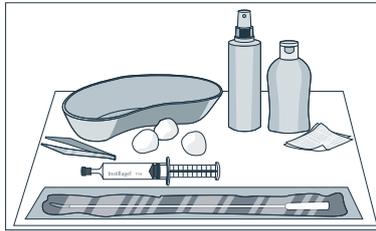
Selbstkatheterisierung

Anleitung für Männer



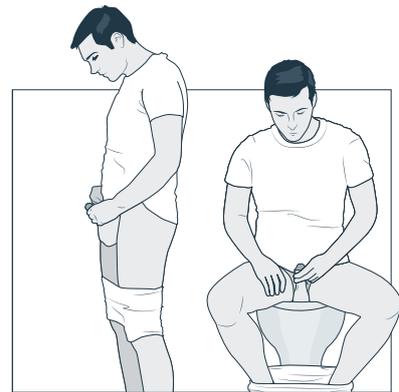
1. Hygienische Vorkehrungen

- Gründliches Hände waschen
- Vorbereitung eines möglichst sauberen Bereichs



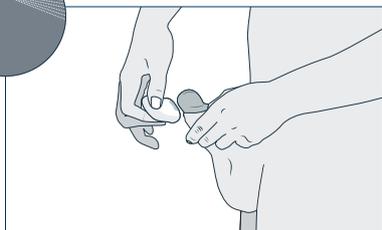
2. Hilfsmittel griffbereit hinlegen

- Desinfektionslösung für die Hände
- Sterile Kompressen/Tupfer
- Hautdesinfektionspray
- Katheter bzw. Katheter-Set
- Steriles und desinfizierendes Gleitgel, wie Instillagel® oder Endosgel®



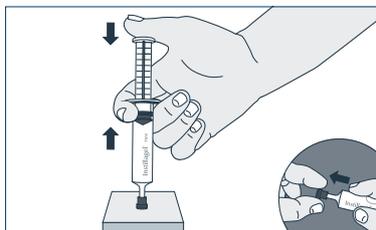
3. Positionierung

- Bequeme Position einnehmen, z. B. im Stehen oder Sitzen



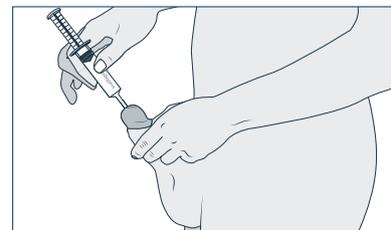
4. Desinfektion

- Hände desinfizieren
- Eichel, Vorhaut und Harnröhre mit jeweils einem Tupfer bzw. einer Kompresse desinfizieren



5. Vorbereitung Spritze

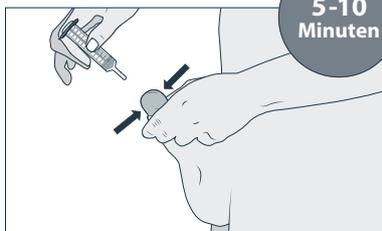
- Spritze gegen einen festen Widerstand drücken (z. B. Tischplatte) dabei Kolbenstange leicht andrücken um den Druck in der Spritze zu lösen
- Verschlusskappe entfernen ohne die Spritzenspitze zu berühren



6. Instillation des Gleitgels

- Einen Tropfen Gleitgel an Harnröhrenmündung auftragen
- Penis hinter Eichel zwischen Daumen und Zeigefinger halten
- Spritzenkonus vorsichtig in Harnröhre einführen
- Gleitgel langsam instillieren

5-10 Minuten



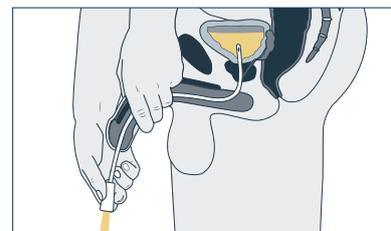
7. Einwirkzeit

- Penis zwischen Daumen und Zeigefinger nach oben halten
- Gleitgel 5–10 Min. einwirken lassen



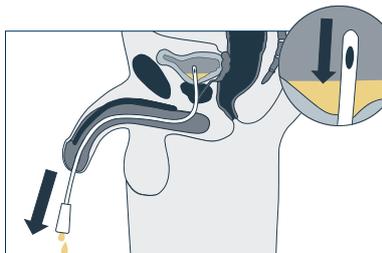
8. Katheterisierung

- Katheter an geschützter Hülle anfassen
- Katheter in die Harnröhre einführen



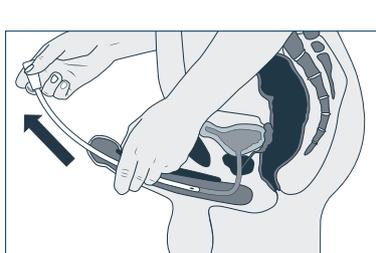
9. Urinfluss

- Katheter in Etappen in die Harnblase schieben bis Urin abläuft
- Nach erstem Urinfluss noch ca. 1 cm weiterschieben



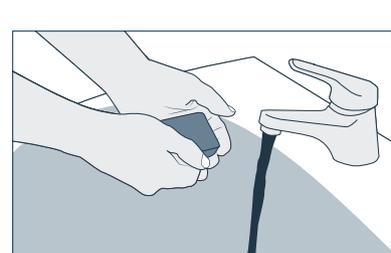
10. Urinnachfluss

- Warten bis Urinfluss stoppt
- Katheter in Etappen zurückziehen bis Urin nachfließt



11. Katheterziehen

- Wenn kein Urin mehr fließt, Katheter langsam herausziehen



12. Hände waschen

- Katheter und Hilfsmaterial können über den Hausmüll entsorgt werden