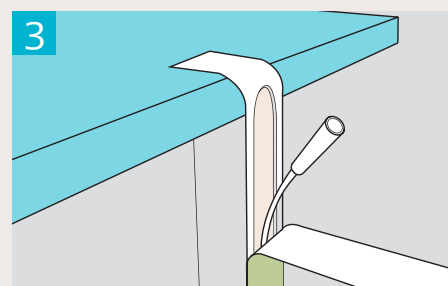
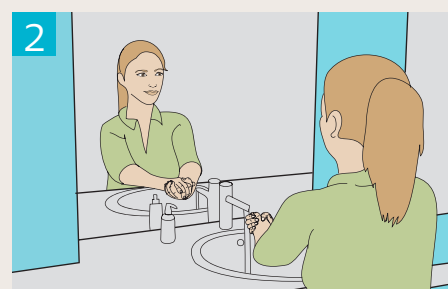


Przewodnik po cewnikowaniu przerywanym

Dla użytkowników płci ŻEŃSKIEJ

1. Przed rozpoczęciem cewnikowania upewnij się, że masz przygotowany cały potrzebny sprzęt.
2. Zaczynij od dokładnego umycia rąk wodą z mydłem. Alternatywnie można użyć antybakteryjnego płynu do rąk z alkoholem lub chusteczek oczyszczających.
3. Teraz możesz przygotować cewnik. Ten krok będzie się różnił w zależności od rodzaju używanego cewnika. Szczegółowe wskazówki znajdują się w instrukcji użycia dołączonej do cewnika. Jeśli używasz gotowego do użycia cewnika SpeediCath®, umieść cewnik pionowo w łatwo dostępnym miejscu (korzystając z naklejki umieszczonej na opakowaniu). Otwórz górną część opakowania do momentu, aż zobaczysz całą kolorową końcówkę. Jeśli nie zamierzasz cewnikować się bezpośrednio do toalety, podłącz worek na mocz do kolorowej końcówki cewnika i umieść go w bezpiecznej pozycji.
4. Cewnikowanie możesz przeprowadzać w pozycji siedzącej lub stojącej. Jeśli przeprowadzasz cewnikowanie na siedząco, możesz ułatwić sobie wprowadzenie cewnika, przesuwając się do przodu wysuwając miednicę. Możliwe jest również cewnikowanie w pozycji leżącej na plecach. Aby ułatwić wprowadzanie cewnika zadбай o wygodną i bezpieczną pozycję oraz postaraj się odprężyć.



SpeediCath®

 **Coloplast**

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

5. Delikatnie rozchyl wargi sromowe i przemyj ujście cewki moczowej. Używając chusteczki lub wacika podmyj się od przodu do tyłu, aby nie przenieść bakterii z odbytu do cewki moczowej. Każdej chusteczki/wacika użyj tylko raz. Od tej chwili pamiętaj, by trzymać rozchylone wargi sromowe.
6. Wyjmij cewnik z opakowania. Chwyć go za kolorową końcówkę. Pierwsze kilka centymetrów cewnika nie jest powleczone powłoką. W tym miejscu również możesz trzymać cewnik. Ważne jest, aby cewnik niczego nie dotknął. Jeśli tak się stanie, użyj nowego cewnika. Wprowadzenie cewnika będzie łatwiejsze, jeśli będziesz odprężona.
7. Powoli i delikatnie wprowadź cewnik do cewki moczowej.
8. Kontynuuj wprowadzanie cewnika do momentu, aż zacznie wypływać mocz, a następnie jeszcze nieco głębiej. Gdy mocz przestanie wypływać z cewnika wyjmuj go powoli, obracając delikatnie (jeśli używasz cewnika z prostą końcówką). Umożliwia to całkowite opróżnienie pęcherza moczowego. Jeśli mocz już nie wypływa, oznacza to, że pęcherz jest pusty.
9. Cewnik wraz z jego opakowaniem można wyrzucić do kosza na śmieci. NIE spłukuj cewnika w toalecie. Do śmietnika wyrzuć również zużyte materiały higieniczne (chusteczki itp.).
10. Na koniec dokładnie umyj ręce.

