

NOUVEAU

Le confort, où que vous soyez

Votre guide pour un sondage urinaire confortable
avec GentleCath® Air pour Homme


GentleCath® Air
avec la technologie FeelClean®

 **ConvaTec**

Vos premiers pas avec GentleCath® Air pour Homme

Vous venez de recevoir des sondes urinaires compactes GentleCath® Air pour Homme. Vous avez sûrement de nombreuses questions et préoccupations.

Pas de panique ! Ce livret vous accompagnera dans vos premiers pas vers l'auto-sondage.

Vous y retrouverez toutes les informations et astuces dont vous aurez besoin pour utiliser correctement la sonde urinaire compacte GentleCath® Air pour Homme dotée de la technologie FeelClean®. Votre professionnel de santé référent et nous-même restons disponibles pour vous aider.

L'auto-sondage peut être délicat et stressant au début, mais assez vite, GentleCath® Air pour Homme s'intégrera parfaitement dans votre routine quotidienne.



Vos premiers pas vers le confort commencent ici ...

1

Qu'est-ce que l'auto-sondage ?

2

Comment cela fonctionne ?

3

Découvrez GentleCath® Air pour Homme

4

Comment utiliser GentleCath® Air pour Homme ?

5

Trouvez du réconfort auprès de notre service Me+®

Qu'est-ce que l'auto-sondage ?

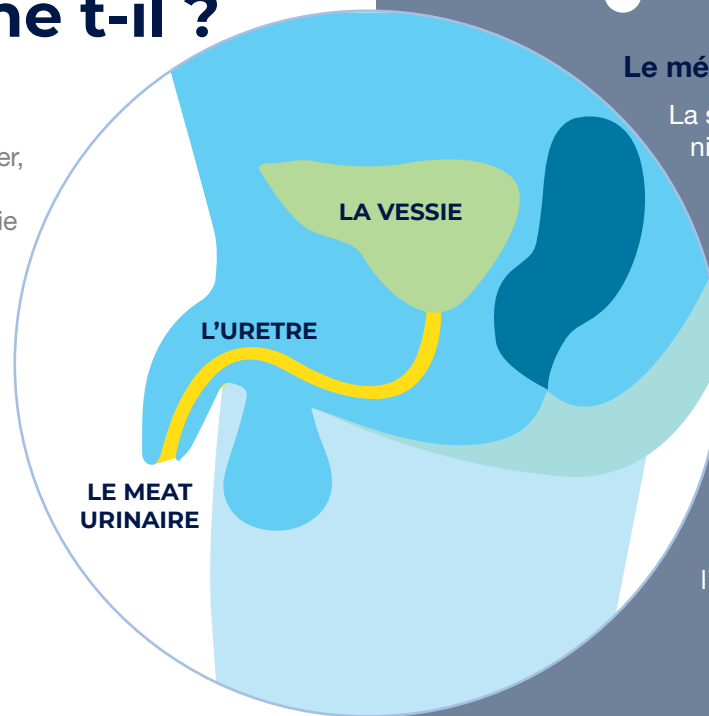
C'est une technique qui consiste à utiliser une sonde (petit tube souple) pour vider votre vessie. On l'appelle également auto-sondage intermittent. "Auto" signifie que vous réalisez vous-même le sondage et "intermittent" signifie que vous le faites de façon régulière dans la journée, comme pour les mictions naturelles.

Le sondage urinaire est réalisé lorsque votre vessie est remplie et que vous êtes dans l'incapacité de la vider ou pour évacuer l'urine résiduelle en cas de vidange incomplète. Votre vessie doit être vidée 4 à 6 fois par jour, selon la prescription de votre professionnel de santé.¹



Comment cela fonctionne t-il ?

Afin de bien s'auto-sonder, il est important de bien comprendre son anatomie et le chemin parcouru par la sonde urinaire.



Le méat urinaire

La sonde urinaire est insérée au niveau du méat urinaire. Il s'agit de l'orifice externe de votre urètre par lequel s'écoulent les urines lors de la miction.

L'urètre

La sonde urinaire chemine tout au long de l'urètre pour atteindre la vessie.

La vessie

Une fois que la sonde urinaire a atteint la vessie, l'urine peut s'écouler.

Qu'est-ce que la technologie FeelClean® ?

Notre technologie FeelClean® est unique et brevetée, elle vous procure un sondage urinaire qui change la donne.

La technologie FeelClean® intègre les additifs hydrophiles directement dans le corps de la sonde. Ceci permet à la sonde de glisser correctement, sans accros ni sensation d'adhérence. Ainsi vous pouvez vous auto-sonder plus confortablement **où que vous soyez**.

90% des patients ont évalué GentleCath® comme étant plus confortable que leur sonde urinaire habituelle.²



Sans PVP

Contrairement à d'autres sondes urinaires du marché, notre sonde GentleCath® Air pour Homme ne contient pas de PVP³ (le PVP – polyvinylpyrrolidone – est une colle utilisée dans les adhésifs, ainsi que dans les sondes à revêtement hydrophile traditionnel. C'est pour cela qu'elles ont tendance à devenir collantes lorsqu'elles sont dans l'urètre le temps de la miction).



Ne collent pas

Les sondes GentleCath® Air pour Homme dotées de la technologie FeelClean® nécessitent **39% de force en moins** pour amorcer le retrait de la sonde urinaire.⁴



Sans présence significative de dépôt

La sonde urinaire GentleCath® Air pour Homme dotée de la technologie FeelClean® est conçue pour réduire les amas salissants de lubrifiant autour du méat urinaire et éliminer la présence de dépôts. Ainsi vous n'aurez pas à vous soucier d'éventuelles taches sur vos mains et vêtements.⁵

Trouvez du confort où que vous soyez

La sonde urinaire compacte GentleCath® Air pour Homme a des spécificités innovantes qui la rendent plus pratique et plus confortable à utiliser, que vous soyez à la maison ou en déplacement.



Discrète et pratique

Conçu pour faire partie de la vie de tous les jours, l'emballage compact se glisse parfaitement dans votre poche ou votre sac.



Activée avec de l'eau stérile purifiée

Grâce à la technologie FeelClean®, il vous suffit simplement de rompre le sachet d'eau stérile purifiée lorsque vous êtes prêt pour activer la lubrification de la sonde.



Facile à jeter

Après l'utilisation, la sonde peut être réintroduite en toute sécurité dans l'étui refermable grâce au zip hermétique. L'étui peut être alors jeté en toute discrétion.



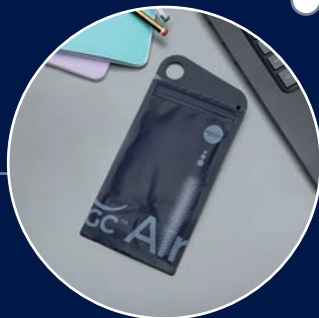
Réduit le risque de contamination

Le fourreau protecteur permet de réduire le risque de contamination à l'insertion de la sonde.

Comment utiliser GentleCath® Air pour Homme ?

Nous avons conçu la sonde urinaire compacte GentleCath® Air pour Homme aussi simple que possible à utiliser.

Pour commencer, familiarisez-vous avec la sonde urinaire grâce aux consignes d'utilisation ci-après.



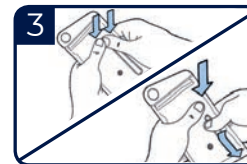
Consignes d'utilisation



Avant de commencer, lavez-vous soigneusement les mains pour réduire le risque d'infections.



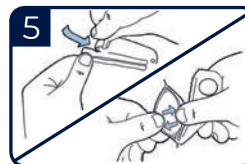
Décalottez votre pénis doucement puis lavez le gland surtout autour du méat urinaire – vous pouvez utiliser de l'eau et du savon, ou encore une lingette humidifiée avec de l'eau.



Activez la lubrification de la sonde en appuyant sur les points bleus pour rompre le sachet d'eau stérile purifiée ou pliez l'emballage le long de la ligne pointillée.



Laissez l'eau se répandre dans tout l'emballage. Utilisez la sonde dans les 1 à 2 minutes suivantes.

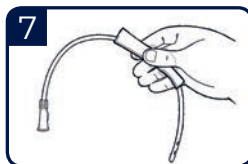


Pour ouvrir l'emballage, utilisez d'abord votre doigt ou votre pouce pour déchirer la partie supérieure. Vous voyez une ligne pointillée marquée par une petite flèche ;

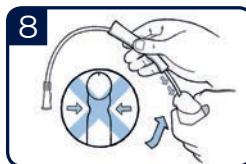
tirez le long de cette ligne, en vous arrêtant juste avant le petit trou à l'autre extrémité. Pour ouvrir le zip hermétique, séparez les bords avant et arrière, ou tenez le haut de l'emballage sous le zip hermétique avec vos pouces d'un côté et vos doigts de l'autre. Faites glisser horizontalement vos pouces dans un sens et vos doigts dans l'autre pour ouvrir le zip hermétique.



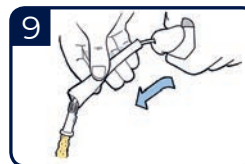
Retirez la sonde urinaire en utilisant le fourreau protecteur bleu et le godet pour éviter de la toucher.



Faites glisser le fourreau protecteur vers l'extrémité de la sonde, là où se trouvent les œillets.



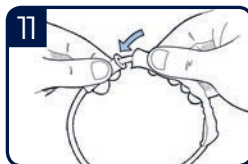
Tenez l'extrémité de votre pénis, pointez-le vers le haut, de sorte que l'urètre soit en forme de U. Ne serrer pas votre pénis car cela pourrait empêcher le passage de la sonde dans l'urètre.



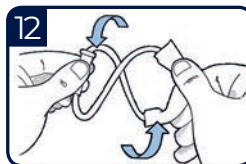
En tenant le fourreau protecteur, insérez lentement et régulièrement la sonde dans votre urètre jusqu'à ce que vous ressentiez une légère résistance. Dirigez maintenant votre pénis vers le bas et prenez un moment pour vous détendre. Appuyez ensuite lentement mais fermement jusqu'à ce que l'urine commence à couler.



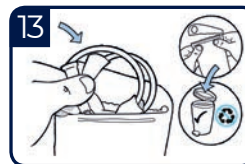
Une fois que l'urine cesse de couler, retirez lentement la sonde. Pointez votre pénis vers le haut si cela rend le retrait de la sonde plus facile et recalottez votre pénis.



Pliez votre sonde en une forme circulaire. Pincez légèrement le haut du godet.



Puis, faites glisser le fourreau protecteur au milieu de la boucle, faites pivoter ce dernier sur lui-même pour créer une forme en huit. Pliez le « huit » en deux pour créer une boucle plus petite.



Réinsérez la sonde dans l'emballage et refermez-le. Vous pouvez jeter votre sonde au moment qui vous convient. Pour un mode d'emploi complet, se reporter à la notice d'utilisation.



Créez votre vidéo personnalisée selon vos besoins.

Rendez-vous sur **gentlecath.fr** et utilisez le GentleCath® Tutoriel.

Trucs et astuces

Nous avons réuni quelques « trucs et astuces » utiles pour vous aider à utiliser correctement la sonde urinaire compacte GentleCath® Air pour Homme, que vous soyez à la maison ou en déplacement.



1. Rompre le sachet d'eau

La meilleure façon de rompre le sachet d'eau est de le presser entre les pouces. Vous pouvez également appliquer une pression par le haut du paquet et faire glisser vos pouces vers le bas.

Peu de dextérité ?

Vous pouvez appuyer l'emballage contre une surface plane ou contre vos cuisses, puis utiliser vos doigts ou la paume de votre main ou encore votre coude, pour exercer une pression sur le sachet d'eau et le rompre.

Le sachet d'eau est-il bien rompu ?

Faites glisser votre doigt sur la petite fenêtre pour vérifier que le sachet soit bien rompu. Il doit être plat au toucher et vous devez pouvoir voir de l'eau à l'intérieur. Si nécessaire, essayez une nouvelle fois de rompre le sachet.

2. Ouverture facile

Utilisez votre doigt ou votre pouce pour déchirer le haut de l'emballage. Tirez le long de la ligne pointillée, marquée par une petite flèche et arrêtez-vous juste avant le petit trou à l'autre extrémité.

Zip hermétique

Pour ouvrir le zip hermétique, séparez les bords avant et arrière, ou tenez le haut de l'emballage sous le zip hermétique avec vos pouces d'un côté et vos doigts de l'autre. Faites glisser horizontalement vos pouces dans un sens et vos doigts dans l'autre pour ouvrir le zip hermétique.



3. Et maintenant « twistez » !

En tenant d'une main le fourreau protecteur bleu de la sonde et de l'autre le godet, placez l'extrémité de la sonde dans le godet, en créant une boucle fermée. Pincez légèrement le haut du godet lorsque vous formez la boucle pour la maintenir en place.

Puis, avec le fourreau protecteur placé au milieu de la boucle, faites pivoter ce dernier sur lui-même pour créer une forme en huit.

Pliez le « huit » en deux pour créer une boucle plus petite et remettez la sonde dans l'emballage.



4. Refermez hermétiquement

Vous n'avez pas de poubelle à disposition, vous pouvez refermer hermétiquement l'emballage grâce à son zip hermétique.

Questions fréquentes

A quelle fréquence dois-je me sonder ?

De nombreux hommes se sondent une première fois dès le matin au réveil, puis 2 à 3 fois au cours de la journée et juste avant le coucher. Sondez-vous en cas de besoin impérieux d'uriner. Adaptez votre fréquence de sondage de manière à ce que le volume d'urines évacué n'excède pas 500 ml. Dans tous les cas, respectez la fréquence recommandée ou consultez votre professionnel de santé.



Quelle quantité de liquide dois-je boire ?

Rester hydraté est important pour la santé de votre vessie. Ne soyez pas tenté de boire moins que d'habitude pour ne pas avoir à vous sonder plus souvent. Essayez de boire suffisamment pour que votre urine ait une couleur paille clair.

Dois-je être à mon domicile pour m'auto-sonder ?

Absolument pas. Nous avons spécialement conçu GentleCath® Air pour Homme et son emballage refermable pour qu'ils soient discrets et qu'ils puissent se glisser dans votre poche. Sur notre site internet, retrouvez des vidéos personnalisables qui vous aideront à vous auto-sonder dans les toilettes publiques.



Qu'en est-il de mon intimité et de ma vie sexuelle ?

Le fait de vous sonder ne doit pas gêner votre intimité ni votre vie sexuelle.

Nous vous conseillons de vous sonder avant vos rapports sexuels. Cela garantira votre confort et vous aidera également à éviter des fuites éventuelles.

Pensez également à faire une toilette intime après vos rapports sexuels. Cela aide à prévenir les éventuels risques d'infection.



Comment puis-je prévenir les infections urinaires ?

Il existe plusieurs moyens de prévenir le risque d'infection urinaire :

- Lavez-vous soigneusement les mains.
- Hydratez-vous suffisamment
- Sondez-vous régulièrement
- Évitez de toucher la sonde avec vos mains

Retrouvez plus d'information dans notre rubrique « Foire aux questions » sur notre site internet.



Les sondes urinaires sont-elles réutilisables ?

Non, elles ne sont pas réutilisables. Pour prévenir des infections, il est important d'utiliser une nouvelle sonde à chaque fois. Lorsqu'il vous reste peu de sondes urinaires à disposition, demandez à votre médecin une nouvelle ordonnance. Vous pouvez nous appeler pour plus d'information au 0 800 00 47 67.



Vous avez encore des questions ?
Rendez-vous sur la page suivante pour plus d'aide.

Trouvez du réconfort auprès de nos services

me+®

Nous savons que l'auto-sondage peut être difficile, à la fois physiquement et émotionnellement.

Nous sommes là pour vous aider.

Le support me+® est un service d'accompagnement aux personnes sous auto-sondage.

Une équipe est présente pour faciliter votre prise en charge, répondre à vos inquiétudes liées à l'auto-sondage et vous apporter des conseils personnalisés.

Vous pouvez joindre les conseillères me+® au numéro gratuit **0 800 00 47 67** du lundi au vendredi, de 9h à 17h (hors jours fériés) ou par email à l'adresse : **servicemeplus@convatec.com**.

GentleCath® Tutoriel

Pour vous aider dans la pratique de l'auto-sondage et l'utilisation de votre sonde urinaire, nous mettons à votre disposition un guide vidéo didactique, adapté à votre situation et vos besoins. Une fois que vous avez lu attentivement les consignes d'utilisation à la page 8, scannez le QR code pour découvrir nos vidéos personnalisées, adaptées à vos besoins et qui vous aideront dans vos premiers pas vers l'auto-sondage.



Le confort est à portée de main

Si vous souhaitez en savoir plus sur GentleCath® Air pour Homme, ou sur l'aide que l'on peut vous proposer, veuillez nous contacter.

**Vous pouvez joindre
les conseillères me+®
au numéro gratuit**

0 800 00 47 67

du lundi au vendredi de 9h à 17h
(hors jours fériés)

**ou par email à l'adresse :
servicemeplus@convatec.com**

**Pour des conseils
personnalisés et plus
d'information rendez-vous sur**



www.gentlecath.fr



GentleCath® Air

Il est temps
d'adopter le confort,
où que vous soyez.


Technologie

References

1. Newman D.K. & Willson M.M. (2011) Review of intermittent catheterisation and current best practices. Urological Nursing 2011 Jan-Feb.
2. Study U378 GentleCath™ Glide Final Report (n=39)
3. No PVP has been used during the manufacturing of GentleCath™ Air for Men
- Fiche technique EuroPharma GentleCath® Air pour Homme
4. WHRI6933 TA1369 Feel Clean Phase 1 report
5. WHRI4930 TA565 GentleCath Glide Residual.

© ConvaTec. 2022. TM/[®] are trademarks of the ConvaTec group of companies. Décembre 2021 - A001181

Les produits de la gamme GentleCath® Air, fabriqués par ConvaTec, sont destinés à la vidange régulière de la vessie par sondage urinaire intermittent. Ces dispositifs médicaux sont des produits de santé réglementés qui portent, au titre de cette réglementation, le marquage CE. Il est conseillé de lire attentivement la notice d'instruction du produit avant utilisation. En cas de besoin, consulter un professionnel de santé.

 **ConvaTec**