

Guide d'utilisateur

Femme

 ConvaTec

 TM **Air**
quel soulagement



GentleCath Air™ Femme

Cette sonde, design et compacte, a été conçue pour optimiser le confort (frictions réduites, moins de résidus^{1,2}), la simplicité d'utilisation et ce, en toute discrétion.

Premiers pas

Ce livret vous a été remis dans le cadre de votre apprentissage à l'autosondage.

C'est tout nouveau pour vous et vous ressentez sans doute un peu d'anxiété. C'est tout à fait normal. L'objectif de ce livret est de vous fournir les informations nécessaires pour vous accompagner dans cette nouvelle démarche et dans l'utilisation de votre sonde GentleCath Air™.



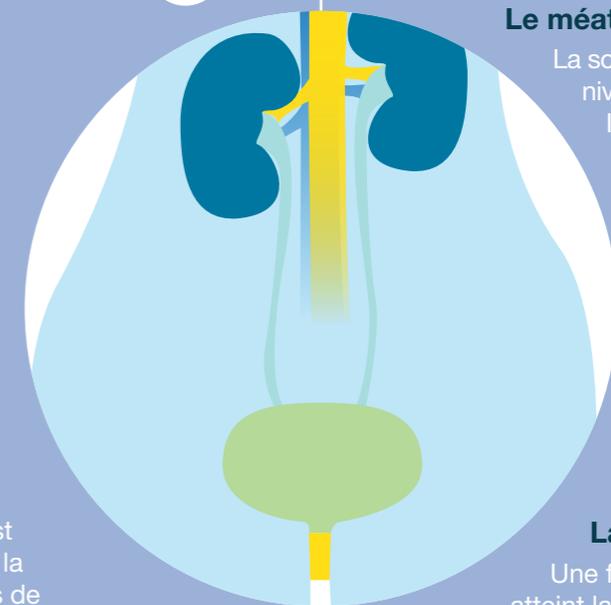
Qu'est-ce que le sondage ?

C'est une technique qui consiste à utiliser une sonde (petit tube souple) pour vider votre vessie.

On l'appelle également autosondage 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 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 santé³.



Le méat urinaire

La sonde 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.

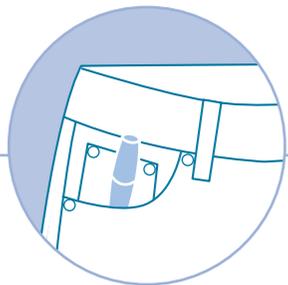
L'urètre

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

La vessie

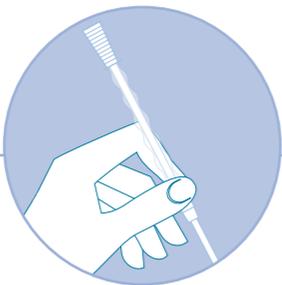
Une fois que la sonde a atteint la vessie, l'urine peut s'écouler.

Une sonde conçue pour un sondage en toute tranquillité



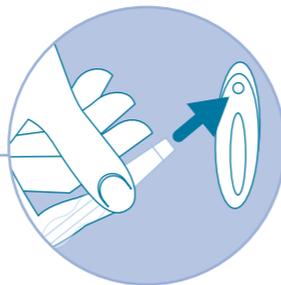
Un design discret

Le design de la sonde a été conçu pour faciliter votre quotidien. L'étui s'ouvre, sans bruit. Il peut également se refermer pour remettre la sonde usagée dans l'étui, en toute discrétion jusqu'à ce qu'elle puisse être jetée.



Manipulation en toute sécurité grâce à la technique "No Touch"^{4,5}

La gaine protectrice vous permet de manipuler la sonde en toute sécurité. Ainsi, vous pouvez contrôler l'insertion, tout en minimisant le risque de contamination avec les bactéries de vos mains.



Guide protecteur pour faciliter la localisation du méat

Le guide protecteur présent au bout de la gaine est conçu pour vous aider à localiser votre méat, tout en protégeant l'embout de la sonde.



DESIGN
AWARD
2019

* No Touch : sans contact

Prête à l'emploi

GentleCath Air™ est hydrophile et prête à être utilisée dès sa sortie de l'étui.

Technologie FeelClean™

Pour un sondage simple et sûr

- L'insertion et le sondage sont facilités grâce à une lubrification homogène. La surface est douce et glissante, réduisant ainsi les frictions et les risques de traumatismes¹
- FeelClean™ technologie, unique à ConvaTec, génère moins de résidus et vous permet de réaliser un sondage plus propre²

Sans phtalates



Dans ce livret, nous répondons aux questions les plus fréquemment posées par des utilisatrices.



Si vous ne trouvez pas les réponses à vos questions dans ce guide, contactez nos infirmières conseils me+ au :

0 800 00 47 67 Service & appel gratuits

(appel gratuit depuis un poste fixe)



Conseils

Notre rubrique "Foire aux questions" en vidéo peut vous aider à répondre à certaines questions et préoccupations.



Pour bénéficier de conseils pratiques sur l'autosondage et l'utilisation de votre sonde, créez votre vidéo personnalisée sur notre site internet.

www.gentlecath.fr

Pour plus d'informations, vous pouvez également vous rendre sur notre site internet ou contacter votre professionnel de santé.



www.gentlecath.fr

Foire aux questions

Vous trouverez ci-dessous les réponses aux questions le plus souvent posées par les utilisatrices sur le sondage urinaire.



A quelle fréquence dois-je me sonder ?

- De nombreuses femmes 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 par votre professionnel de santé.

Comment repérer mon méat urinaire pour insérer la sonde ?

- Le méat urétral ressemble à une petite étoile située entre le vagin et le clitoris, juste devant le vagin.
- Pour vous aider à situer votre urètre et à introduire ensuite la sonde, vous pouvez utiliser un miroir.

- Aussi, le guide protecteur présent sur votre sonde GentleCath Air™ (au bout de la gaine) est conçu pour vous aider à localiser votre méat en toute sécurité. Il protège également l'embout de la sonde, pour diminuer le risque de contamination.
- Pour toute première utilisation, il est nécessaire de se faire aider par votre professionnel de santé.

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.

Que dois-je faire pendant mes règles ?

- Pendant votre période de règles, vous devez continuer à vous sonder. Soyez simplement plus vigilante sur votre toilette intime avant le sondage.

Foire aux questions

J'ai remarqué un saignement après le sondage.

Est-ce normal ?

- Au début de l'apprentissage de l'autosondage, l'urètre peut être sensible. Il n'est pas rare que de légers saignements surviennent.
- Rassurez-vous, cela disparaîtra après quelques jours et un peu de pratique.
- Si cela persiste, parlez-en à votre professionnel de santé.

Que pourrait-il se passer si je ne me sonde pas ?

- Si vous espacez trop la fréquence de vos sondages, cela peut engendrer des complications.
- Si votre vessie est trop pleine, des fuites peuvent survenir. Les bactéries présentes dans votre

urine peuvent également proliférer et provoquer une infection urinaire.

- N'hésitez pas à en parler à votre professionnel de santé pour mieux comprendre ce qu'il peut se passer si vous attendez trop longtemps avant de vous sonder.

Puis-je voyager avec mes sondes ?

- Absolument ! Un minimum de préparation vous aidera à ne rien oublier et à emporter le matériel nécessaire, le tout pour voyager sans stress ! Surtout, n'hésitez pas à prendre quelques sondes supplémentaires, juste au cas où.
- N'oubliez pas de mettre dans vos valises les accessoires que vous utilisez habituellement (lingettes, miroir, etc.). Si vous prenez l'avion, pour plus de sécurité, prenez vos

sondes et les accessoires avec vous en cabine, au cas où vous en auriez besoin pendant le vol ou en cas de problèmes avec vos valises.

- Nous vous recommandons également de demander à votre médecin de vous remettre une information à présenter aux agents de sécurité pour que ceux-ci sachent ce qu'il y a dans vos valises et pourquoi, afin d'éviter qu'ils ne les déballetent devant d'autres voyageurs au cours d'une éventuelle inspection.



Infections urinaires

L'appareil urinaire comprend tous les organes dont notre corps se sert pour fabriquer et évacuer l'urine : les reins, les uretères, la vessie et l'urètre.

Normalement l'urine est stérile et son écoulement naturel empêche la prolifération des bactéries dans les voies urinaires.

Si l'urine stagne dans la vessie, les bactéries risquent de se développer, ce qui peut engendrer une infection³.

Comment puis-je prévenir les infections urinaires ?

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

- 1. Lavez-vous soigneusement les mains.**
- 2. Hydratez-vous suffisamment**
Essayez de boire l'équivalent d'au moins 8 à 10 verres par jour³.
- 3. Sondez-vous régulièrement**
Il est important de vider régulièrement votre vessie pour réduire le risque d'infection³.
- 4. Évitez de toucher la sonde avec vos mains**
La gaine protectrice de votre sonde GentleCath Air™ vous permet de ne pas toucher la sonde, ce qui minimise le risque de contamination^{4,5}.

Comment savoir si j'ai une infection urinaire ?

Les symptômes suivants peuvent être ceux d'une infection urinaire :

- Fièvre
- Douleur ou sensation de brûlure lors du passage de la sonde ou de la miction
- Besoin de vider votre vessie plus souvent que d'habitude
- Fuites entre deux sondages
- Douleurs rénales

Contactez votre médecin si vous présentez un de ces symptômes.

Guide de lavage des mains

Le lavage des mains est important : c'est un des meilleurs moyens de prévenir les maladies et d'empêcher la prolifération des germes. Afin d'éviter toute contamination bactérienne, une hygiène des mains rigoureuse est indispensable. Voici les étapes à respecter pour un lavage des mains efficace :



1 Mouillez-vous les mains et les poignets sous l'eau puis prendre une dose de savon.



2 Faites mousser et frottez-vous les mains paume contre paume, puis le dos des mains, les doigts. Entrelacez les mains pour nettoyer entre les doigts puis nettoyez les ongles. Le lavage doit durer au moins 15 secondes, puis terminez par les poignets.



3 Rincez abondamment vos mains sous l'eau du robinet, jusqu'à éliminer toute la mousse.



4 Séchez-vous les mains à l'aide d'une serviette propre ou d'un essuie-main papier. Fermez le robinet à l'aide de l'essuie-main ou de la serviette. Si vous utilisez un essuie-main, jetez le dans la poubelle sans la toucher.

Pour nous contacter

0 800 00 47 67 Service & appel gratuits

(appel gratuit depuis un poste fixe)

Du lundi au vendredi
de 9h à 17h

Email:
me+@convatec.com



www.gentlecath.fr

Conseils

Notre rubrique "Foire aux questions" en vidéo peut vous aider à répondre à certaines questions et préoccupations



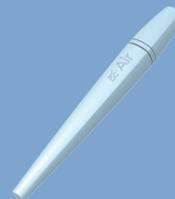
Guide vidéos

Vous pouvez personnaliser votre vidéo pour le mode d'emploi de GentleCath™ Air sur notre site internet.



Conçue pour un sondage simple et discret en toutes circonstances, avec l'accompagnement dont vous avez besoin, où que vous soyez

quel soulagement



GC™ Air

Références

1. Cox et al. Data on file. WHRI4726TA487 GentleCath Glide and predicate friction report, 2017.
2. T. Cox. Data on file. WHRI4930TA565 GentleCath Glide and Predicate Residues report, 2017.
3. Newman D.K. & Willson M.M. (2011) Review of intermittent catheterisation and current best practices. Urological Nursing 2011 Jan-Feb.
4. Hudson E. & Murahata R.I. The "no-touch" method of intermittent urinary catheter insertion: can it reduce the risk of bacteria entering the bladder? Spinal Cord 2005;43(10):611-614.
5. Charbonneau-Smith R. No-touch catheterisation and infection rates in a select spinal cord injured population. Rehabilitation Nursing 1993;18(5):296-299, 305.

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.

GentleCath™ et FeelClean™ sont des marques déposées de Unomedical a/s.
© 2019 ConvaTec Inc. Septembre 2019. D002721

 **ConvaTec**