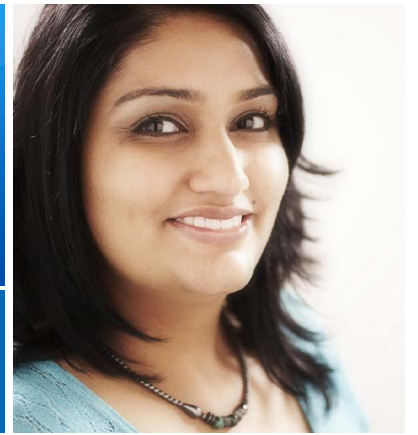


Vider sa vessie à l'aide d'un cathéter

Chez la femme



Votre médecin vous demande de vider votre vessie avec un cathéter. On appelle cette technique « auto-cathétérisme intermittent ». Cette fiche vous explique comment la faire.

Pourquoi dois-je faire ce soin ?

Ce soin vous permet de vider votre vessie. Il est nécessaire quand la vessie ne se vide pas au complet ou pas du tout. Cela peut être dû à :

- une faiblesse du muscle de la vessie (celui que l'on serre pour faire sortir l'urine)
- un blocage du conduit urinaire (l'urètre)

Lorsque la vessie se vide mal, il y a un risque de faire des infections urinaires. Quand elles se répètent, ces infections peuvent endommager les reins. Pour éviter ces complications, il y a deux solutions pour vider votre vessie : une sonde permanente ou des cathéters. Utiliser des cathéters a les avantages suivants :

- moins d'infection urinaire
- moins de risque de pierre dans la vessie
- pas de sonde et de sac de drainage encombrant
- plus de liberté pour vos activités
- vous pouvez avoir des rapports sexuels

Buvez au moins 2 litres de liquide par jour ou suivez les recommandations de votre médecin à ce sujet.



Quand dois-je le faire ?

Votre médecin ou votre infirmière vous dira à quelle fréquence vous devez vider votre vessie avec le cathéter. Cela évite que la vessie se remplisse trop. Vous verrez avec votre médecin la fréquence qui vous convient le mieux.

La plupart des gens le font :

- 1** avant le déjeuner ou après
- 2** avant le dîner ou après
- 3** avant le souper ou après
- 4** au coucher
- 5** si nécessaire, entre les repas

Si votre médecin vous a demandé de mesurer la quantité d'urine qui sort par le cathéter, il est important de le faire. Si la quantité est plus grande que 500 ml, vous devez vider votre vessie plus souvent. Si vous urinez encore naturellement, faites-le avant de faire le cathétérisme.

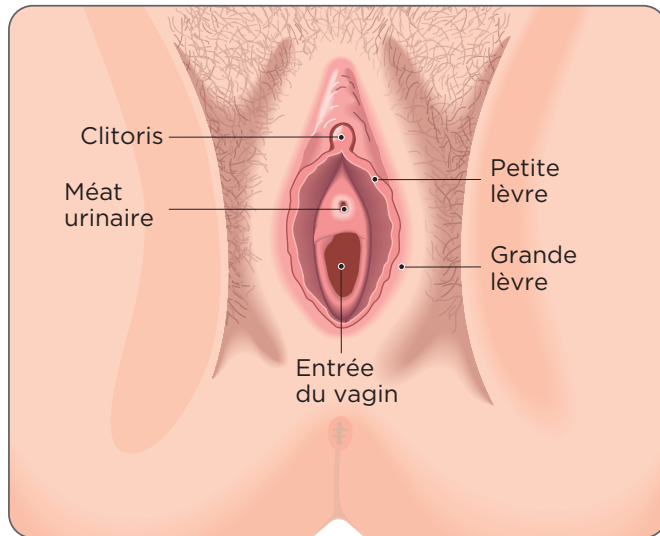
Comment me préparer pour ce soin ?

Pour éviter d'avoir une infection urinaire :

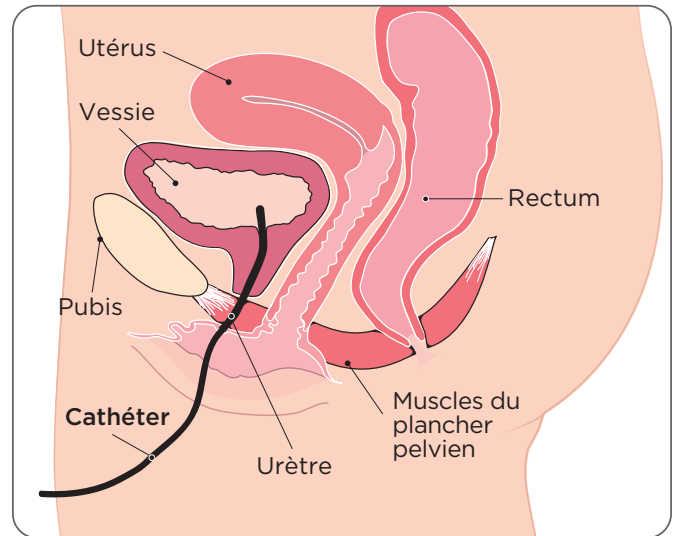
- gardez vos ongles propres et courts
- lavez-vous les mains chaque fois qu'il le faut pendant les étapes du soin (voir l'Annexe 1, pages 5 et 6)

Pour vous aider les premières fois, voyez où se trouve le méat urinaire sur le schéma ci-dessous. C'est l'ouverture par laquelle le cathéter doit entrer. Avec le temps, cela deviendra facile.

Les organes génitaux



Le cathéter



De quel matériel ai-je besoin ?

- Un cathéter, aussi appelé « cathéter vésical ».
- Une gelée lubrifiante à base d'eau en sachet à usage unique. **N'utilisez jamais de gelée de pétrole (ex. : vaseline), d'onguent ou d'huile minérale.** Ça ne glissera pas assez, ça va irriter les tissus et ces produits ne sont pas éliminés par le corps.
- Un contenant gradué pour récupérer l'urine (si vous devez mesurer la quantité).
- Deux débarbouillettes et un savon doux.
- Un miroir.



Où me procurer ce matériel ?

L'infirmière vous remettra une liste de magasins qui le vendent.

Comment faire ce soin ?

Voyez l'Annexe 1, pages 4 à 6, pour connaître les étapes du soin.

Puis-je réutiliser le même cathéter ?

On recommande de prendre un nouveau cathéter chaque fois que vous videz votre vessie. Cela réduit le risque d'infection.

Si vous êtes sous traitement immunosuppresseur ou si vous faites souvent des infections urinaires, votre médecin vous conseillera d'utiliser des cathéters déjà lubrifiés (cathéters prélubrifiés ou hydrophiles).

Que faire si j'ai un problème?

Difficulté à entrer le cathéter

Assurez-vous de :

- mettre assez de lubrifiant dessus
- bien vous détendre quand vous entrez le cathéter, sans retenir votre souffle
- au besoin, prenez une pause et réessayez

Un peu de sang dans l'urine ou sur le bout du cathéter

Ne vous inquiétez pas. Cela arrive souvent au début. C'est dû à une légère irritation des tissus causée par le cathéter. Tout devrait rentrer dans l'ordre en 1 jour ou 2. Buvez encore plus d'eau que ce qu'on vous conseille, à moins d'un avis contraire de votre médecin.

Quels signes surveiller?

Allez vite voir votre médecin de famille ou consulter dans une clinique sans rendez-vous si vous avez plus qu'un des signes suivants :

- douleur au ventre ou au dos
- sensation de brûlure ou de piqûre dans le bas-ventre, encore plus forte quand vous urinez
- sensation d'avoir besoin d'uriner souvent et de façon urgente
- urines troubles ou qui sentent mauvais
- vous transpirez plus que d'habitude

Ce sont des signes d'infection urinaire.

Rendez-vous vite à l'urgence si :

- fièvre de 38,5 C° (101,3 F°) ou plus



- vous avez des frissons
- votre urine est rouge foncé
- il y a des caillots de sang dans votre urine
- vous n'êtes pas capable d'entrer le cathéter après 2 ou 3 essais

Quand vais-je revoir mon médecin?

Vous le reverrez dans 1 ou 2 mois ou selon le délai qu'il vous aura donné.

Que faire si je dois annuler ou déplacer mon rendez-vous?

Laissez un message dans la boîte vocale du secrétariat de la clinique d'urologie.

514 890-8000 poste 36411

Qui puis-je appeler pour demander de l'aide ou poser mes questions ?

Pour tout souci de santé lié à votre cathétérisme, vous pouvez appeler la ligne Santé Patient CHUM.



LIGNE SANTÉ PATIENT CHUM

514 890-8086

24 heures sur 24, 7 jours sur 7

Vous êtes un patient du CHUM?

Vous avez des questions sur votre état de santé? Une infirmière peut vous aider.



RESSOURCES UTILES

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site chumontreal.qc.ca/fiches-sante

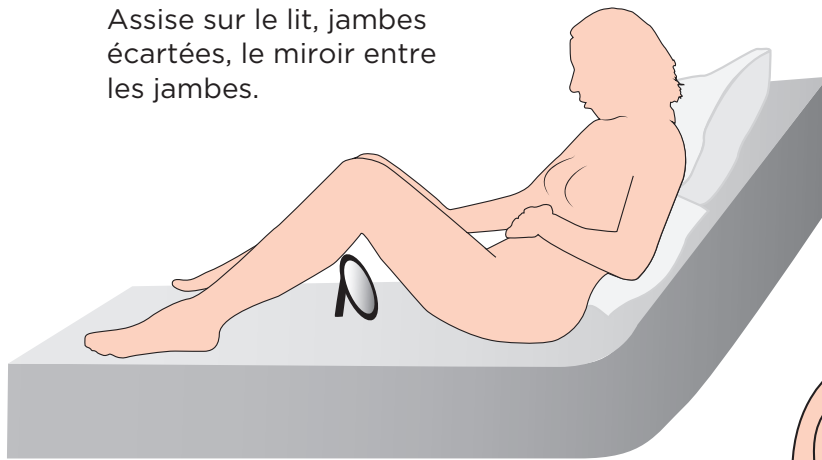
Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal chumontreal.qc.ca

Voici les étapes à suivre pour vider votre vessie avec le cathéter.

Positions possibles pour faire ce soin : prenez la position la plus confortable pour vous.

Assise sur le lit, jambes écartées, le miroir entre les jambes.



Debout, un pied sur la toilette (quand vous serez capable de trouver le méat urinaire au toucher).



Assise sur la toilette, un pied sur un petit banc.

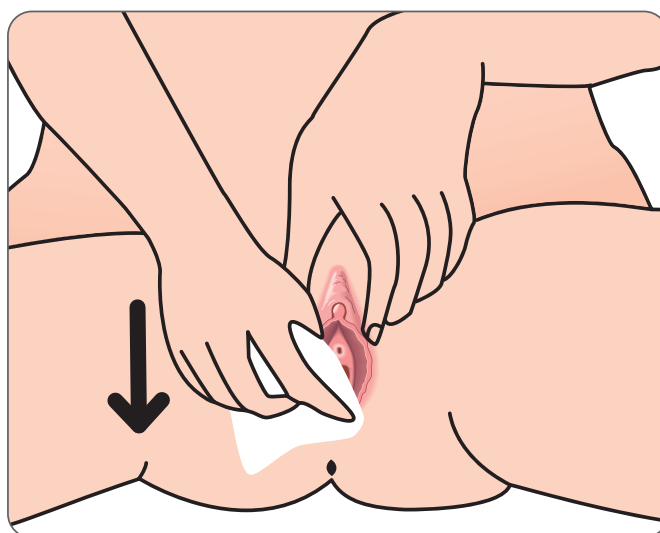


PRÉPARATION

- 1 Sortez le matériel.
- 2 Essayez d'uriner si vous en êtes capable. Cela aide à garder votre vessie active.

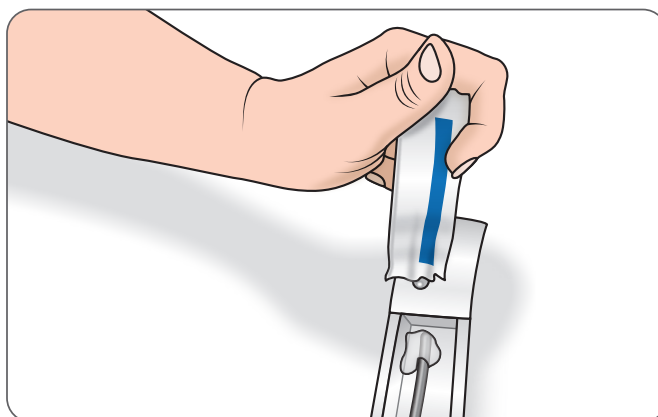


- 3 Lavez vos mains avec de l'eau et du savon. Préparez une débarbouillette mouillée et savonnée, et une autre seulement mouillée. Rincez vos mains et séchez-les bien.
- 4 Placez-vous dans la position de votre choix.



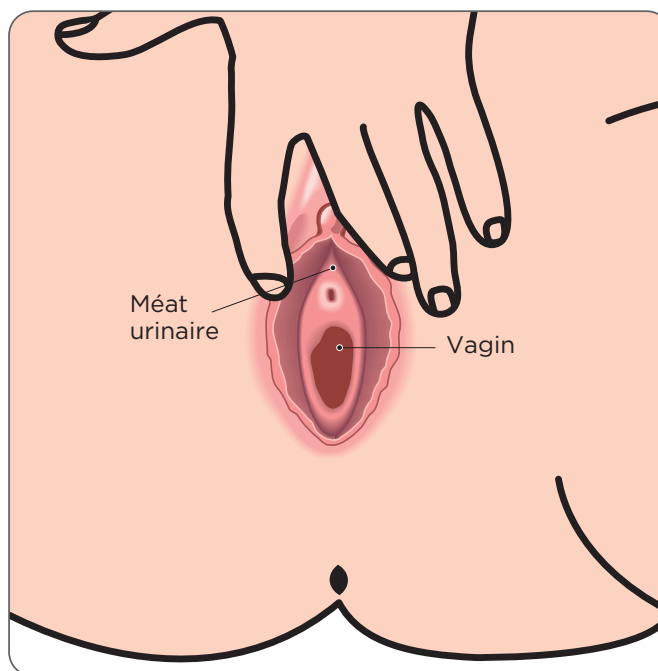
- 5 Ouvrez bien les jambes et écartez les petites lèvres. Essayez-vous 3 fois de l'avant vers l'arrière avec la débarbouillette mouillée et savonnée. Utilisez un coin différent de la débarbouillette à chaque passage. Rincez-vous avec la débarbouillette mouillée.

ENTRÉE DU CATHÉTER



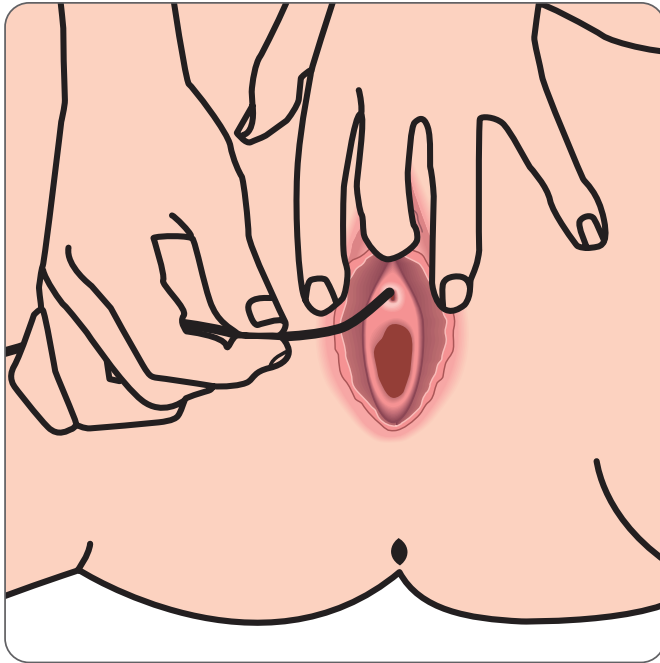
- 1 Ouvrez l'emballage du cathéter et laissez-le dedans sans le toucher. Mettez une bonne quantité de gelée lubrifiante sur environ 5 centimètres (2 pouces) de long au bout du cathéter. Ne touchez pas le cathéter avec le sachet de lubrifiant.

L'infirmière vous montrera comment faire.



- 2 Écartez de nouveau les petites lèvres (avec la main gauche si vous êtes droitère). Placez le miroir tout prêt pour bien voir le méat urinaire. Si vous avez de la difficulté à le voir, poussez comme pour uriner. Il sera plus visible.

Vous pouvez aussi le sentir au toucher avec un doigt. Avec le temps, vous reconnaîtrez la sensation du cathéter qui touche le méat urinaire.

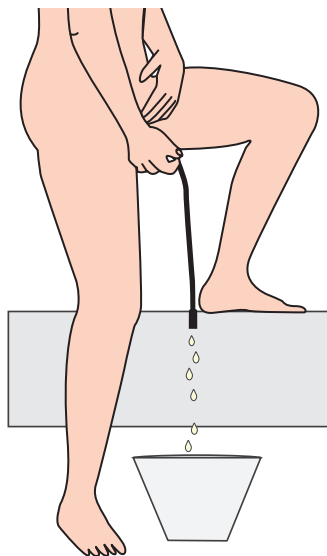


- 3** Prenez le cathéter avec votre main dominante. Entrez-le doucement dans le méat urinaire et enfoncez-le d'environ 5 centimètres (2 pouces), jusqu'à ce que l'urine commence à couler. Enfoncez le cathéter encore un peu plus, de 1 ou 2 centimètres (1/2 à 1 pouce). Pendant que vous le faites, tentez de rester détendue.

Si par erreur vous avez entré le cathéter dans votre vagin, jetez-le et prenez-en un nouveau.

VIDANGE DE LA VESSIE

- 1** L'urine coule dans la toilette ou le contenant.
- 2** Quand elle s'arrête, commencez à enlever le cathéter en tirant doucement dessus. Pendant que vous le tirez, un peu d'urine peut s'écouler. Si cela arrive, arrêtez de tirer et poussez avec les muscles du bas-ventre. Cela vous aidera à vider votre vessie au complet.



Quand vous sortez, soyez prévoyante. Ayez toujours avec vous une solution hydroalcoolique, des lingettes nettoyantes pour bébé, de la gelée lubrifiante et des cathéters.

Si vous êtes dans un endroit sans lavabo directement à côté du bol de toilette, vous pourrez vider votre vessie quand même.

- 1** Lavez-vous les mains avec la solution hydroalcoolique.
- 2** Faites le nettoyage de vos parties génitales avec les lingettes nettoyantes.
- 3** Faites votre cathétérisme comme à l'habitude. Pour que ce soit plus facile, vous pouvez utiliser un cathéter déjà lubrifié. Ce type de cathéter est toutefois plus cher.

Si vous avez des difficultés pour faire votre cathétérisme parlez-en à l'infirmière. Elle pourra vous aider.



BLOC-NOTES



Questions

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal
chumontreal.qc.ca

ANNEXE 2 : GRILLE JOURNALIÈRE

U.N. : Quantité urinée par les voies naturelles

U.C. : Quantité d'urine recueillie à chaque vidange à l'aide du cathéter

		Déjeuner	Dîner	Souper	Au coucher	Total
JOUR 1	U.N.					
	U.C.					
JOUR 2	U.N.					
	U.C.					
JOUR 3	U.N.					
	U.C.					
JOUR 4	U.N.					
	U.C.					
JOUR 5	U.N.					
	U.C.					
JOUR 6	U.N.					
	U.C.					
JOUR 7	U.N.					
	U.C.					