



Service d'urologie

CONSEILS AU PATIENT RÉALISANT UN AUTOSONDAGE POUR DILATATION (HOMME)



Cliniques universitaires
SAINT-LUC
UCL BRUXELLES

BROCHURE
À L'ATTENTION DES PATIENTS
ET DE LEUR FAMILLE

Qu'est-ce qu'un un autosondage pour dilatation ?

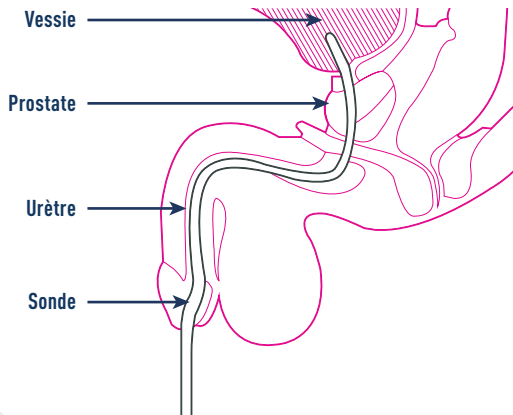
Votre urologue vous a prescrit l'apprentissage du sondage afin de dilater le canal de l'urètre, pour qu'il reste bien ouvert et qu'une sténose ne puisse pas obstruer l'urètre.

Cette technique consiste à introduire par vous-même une sonde (petit tuyau) par l'orifice urinaire (méat urétral), dans l'urètre afin de le dilater.

Quand faut-il pratiquer le sondage et à quelle fréquence ?

La fréquence sera prescrite par l'urologue : X /

Un peu d'anatomie...



L'urologue vous informera s'il s'agit d'une sténose proximale ou distale. La manœuvre à suivre sera alors sensiblement différente.

Si vous souffrez d'une sténose au début de l'urètre, veuillez suivre les instructions au point A.

Si vous souffrez d'une sténose plus éloignée de l'urètre, plus proche de la vessie, veuillez suivre les instructions au point B.

A. Sténose au début de l'urètre (sténose distale ou antérieure)

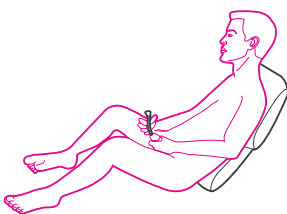
Que devez-vous préparer pour le sondage ?

- De l'eau et du savon neutre (l'utilisation d'un désinfectant est inutile) ;
- un gant de toilette propre et un essuie propre ou des lingettes pour la toilette intime (vente en grande surface) ;
- une sonde à usage unique : divers modèles existent. L'urologue ou l'infirmière vous conseilleront. Plusieurs charrières pourraient vous être proposées. Commencer toujours par la plus petite.

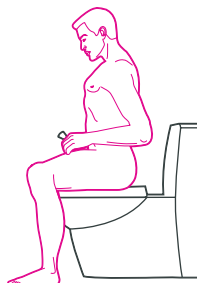
Charrière :

Où réaliser le sondage ?

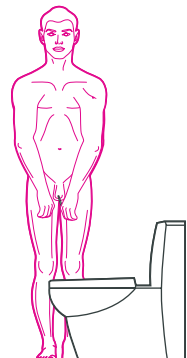
Choisissez la position qui vous convient le mieux :



position semi-couchée



assis



debout

Comment réaliser le sondage ?

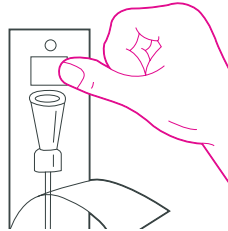
Attention :

- **ne jamais forcer, ni traumatiser ;**
- **ne jamais vous sonder si vous êtes en érection !**

1. Déshabillez-vous.
2. Lavez-vous soigneusement les mains à l'eau et au savon ou avec des lingettes.



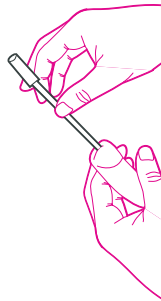
3. Préparez votre matériel. Ouvrez l'emballage de la sonde. Certaines sondes disposent d'une pastille adhésive pour suspendre le sachet.



4. Réalisez une toilette intime à l'eau et au savon (ne pas oublier de décalotter la verge), rincez, séchez. Des lingettes non alcooliques peuvent être utilisées également.



5. Introduisez **doucement et sans forcer** la sonde dans l'urètre. Introduisez la sonde pour dépasser la sténose. Vérifier la longueur restante de la sonde pour s'assurer qu'elle est suffisamment introduite.

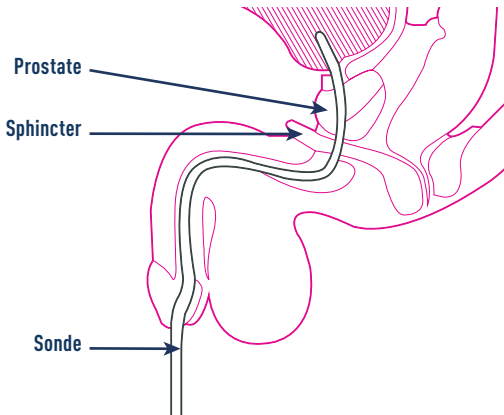


6. Retirez doucement la sonde vers le bas. N'oubliez pas de recalotter la verge après le sondage.
7. Jetez la sonde et lavez-vous les mains.



B. Sténose plus éloignée de l'urètre (sténose proximale ou postérieure)

Les passages délicats sont les courbures de l'urètre, la prostate et le sphincter.



Que devez-vous préparer pour le sondage ?

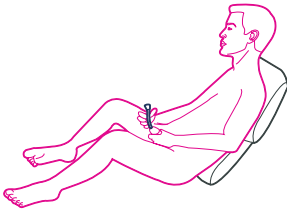
- de l'eau et du savon neutre (l'utilisation d'un désinfectant est inutile) ;
- un gant de toilette propre et un essuie propre ou des lingettes pour la toilette intime (vente en grande surface) ;
- une sonde à usage unique : divers modèles existent. L'urologue ou l'infirmière vous conseilleront. Plusieurs charrières pourraient vous être proposées. Commencer toujours par la plus petite ;

Charrière :

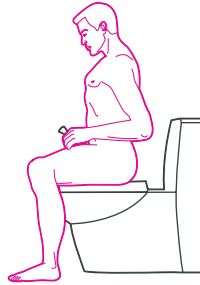
- un récipient pour collecter les urines.

Où réaliser le sondage ?

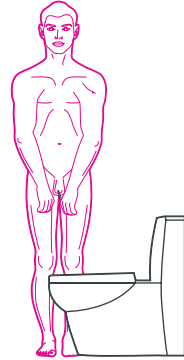
Choisissez la position qui vous convient le mieux :



position semi-couchée



assis



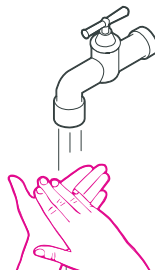
debout

Comment réaliser le sondage ?

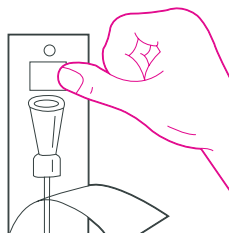
Attention :

- ne jamais forcer, ni traumatiser.
- ne jamais vous sonder si vous êtes en érection !

1. Déshabillez-vous.
2. Lavez-vous soigneusement les mains à l'eau et au savon ou avec des lingettes.



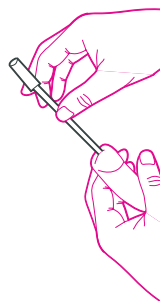
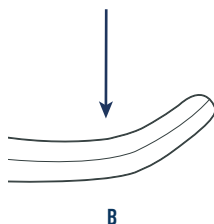
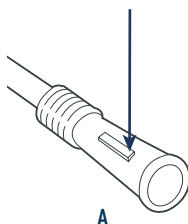
3. Préparez votre matériel. Ouvrez l'emballage de la sonde.
Certaines sondes disposent d'une pastille adhésive pour suspendre le sachet.



4. Réalisez une toilette intime à l'eau et au savon (ne pas oublier de décalotter la verge), rincez, séchez. Les lingettes non alcooliques peuvent être utilisées également.



5. Introduisez doucement et sans forcer la sonde dans l'urètre avec la béquille vers le haut. Les sondes béquillées disposent d'un repère sur leur connecteur (A). Il vous indique le sens de la béquille (B), il doit donc toujours se trouver vers le haut, face à vous. Rabattez la verge vers le ventre pour franchir plus facilement le passage de la prostate et du sphincter.



6. Dès que vous voyez les urines couler, vous êtes dans la vessie. Il n'est pas nécessaire d'enfoncer davantage la sonde.
7. Retirez doucement la sonde vers le bas afin que les urines qui sont dans la sonde ne retournent pas dans la vessie. N'oubliez pas de recalotter la verge après le sondage.
8. Jetez la sonde et lavez-vous les mains.



Conseils pratiques en cas de problèmes

1. La sonde ne passe pas :

En cas de difficultés d'introduction de la sonde, **ne forcez pas**.

Détendez-vous, respirez calmement. Attendez ¼ heure, aller uriner et renouvelez l'essai.

En cas d'impossibilité de vous sonder, contactez votre médecin traitant, votre infirmière ou votre urologue.

2. Quelques gouttes de sang apparaissent sur la sonde :

Au cours de votre apprentissage, le sondage intermittent peut provoquer des micro-lésions urétrales se manifestant par quelques gouttes de sang sur la sonde, ne vous inquiétez pas. Augmentez votre consommation de boissons.

Néanmoins, si le saignement devient plus important ou s'il persiste, prévenez votre médecin traitant, l'infirmière ou l'urologue.

3. Prévention des infections urinaires :

- veillez à boire suffisamment le jour où vous effectuez votre sondage (1,5L par 24 heures, sauf contre-indication médicale) ;



- veillez à respecter les règles d'hygiène décrites plus haut (lavage des mains, toilette intime...).

Si malgré ces conseils, vous faites de la température, vos urines sont troubles, malodorantes, vous avez mal lors de la miction ou des douleurs au bas ventre, prévenez votre médecin traitant.

Achat des sondes

Une sonde coûte aux alentours des 2,70€.

Il n'y a en principe pas de remboursement prévu dans votre cas.

Vous pouvez acheter les sondes chez le pharmacien.

Notes personnelles

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

SI VOUS AVEZ BESOIN D'UN COMPLÈMENT D'INFORMATIONS OU EN CAS DE PROBLÈME, N'HÉSITEZ PAS À NOUS CONTACTER :

Les infirmières en consultation d'urologie : +32 2 764 35 43

Infirmières ressources en urologie : +32 2 764 45 03

L'urologue de garde via : +32 2 764 11 11

Fax : +32 2 764 91 84

INFORMATIONS

**DÉPARTEMENT DE CHIRURGIE
ET SERVICES ASSOCIÉS**
SERVICE D'UROLOGIE

SECRÉTARIAT : +32 2 764 14 11
CONSULTATION : +32 2 764 35 40



Cliniques universitaires
SAINT-LUC
UCL BRUXELLES

SUIVEZ-NOUS SUR



Éditeur responsable : Thomas De Nayer / Service de communication
Photos : Shutterstock

Cliniques universitaires Saint-Luc
Avenue Hippocrate, 10 – 1200 Bruxelles
www.saintluc.be

© Cliniques universitaires Saint-Luc
Vous souhaitez vous inspirer de cette brochure ? Merci de nous contacter préalablement.