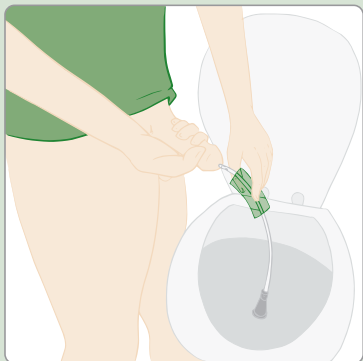


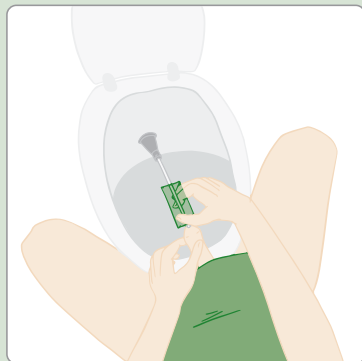
# Versorgungsstandard ISK

## Anleitung zum Selbstkatheterisieren für Männer

### Die richtige Position:

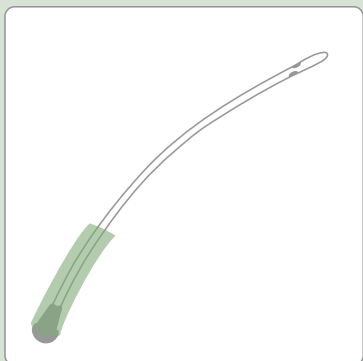


Stehend, vor der Toilette



Im Rollstuhl, vor der Toilette

### Vorbereitung:



Bitte legen Sie sich alle notwendigen Materialien in Reichweite bereit:

- ◆ Katheter (falls notwendig: Auffangbeutel)
- ◆ Sprühflasche mit Schleimhautdesinfektionsmittel
- ◆ evtl. sterile Kompressen und Händedesinfektionsmittel

1. Falls Sie kein gebrauchsfertiges Kathetersystem verwenden, müssen Sie die Beschichtung des hydrophilen Katheters aktivieren. Bei Bedarf schließen Sie einen Auffangbeutel an den Katheter an.

NIEREN

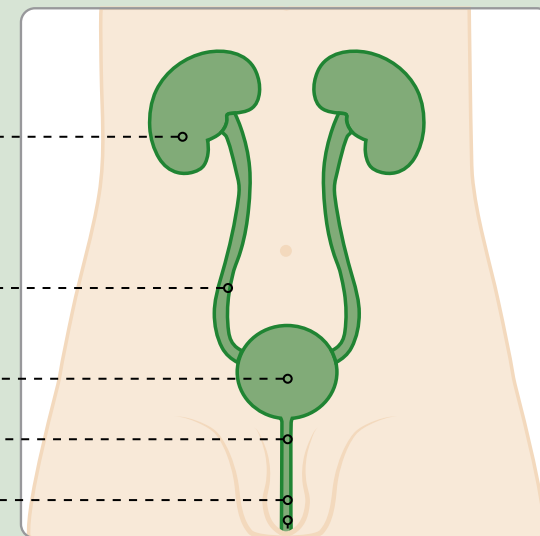
HARNLEITER

BLASE

BLASENHALS

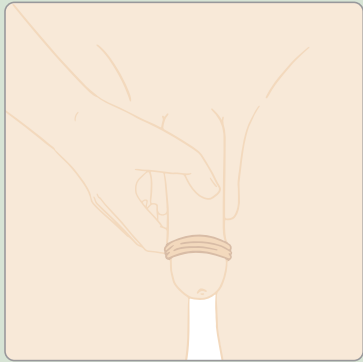
HARNRÖHRENEINGANG

PENIS



2. Stellen Sie sicher, dass der Katheter nicht verunreinigt/kontaminiert wird (z.B. Aufhängen auf den Klebepunkt).
3. Entkleiden Sie sich, um sich ungehindert katheterisieren zu können.
4. Waschen Sie sich die Hände gründlich mit Seife und verwenden Sie auch ein Händedesinfektionsmittel.
5. Nehmen Sie anschließend eine für Sie bequeme Position zur Katheterisierung ein.
6. Für den Genitalbereich verwenden Sie zur Desinfektion Kompressen bzw. Tupfer. Benetzen Sie diese mit Schleimhautdesinfektionsmittel.  
**Achtung! diese Kompressen bitte nicht berühren.**

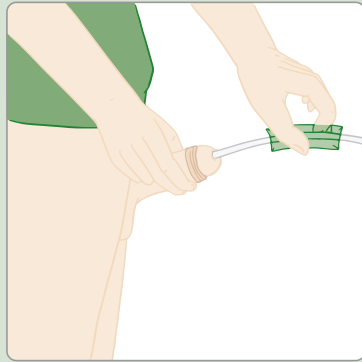
## Durchführung\*:



Falls vorhanden, schieben Sie zur Desinfektion des Harnröhreneingangs die Vorhaut zurück. Bitte beachten Sie die vorgeschriebene Einwirkzeit des Herstellers.

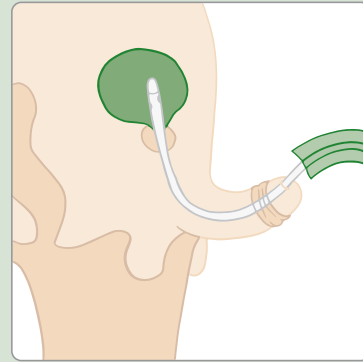
- ◆ **Sprühdeseinfektion:** Sprühen Sie direkt auf den Harnröhreneingang, abtupfen und erneut sprühen, sowie einwirken lassen.
- ◆ **Wischdeseinfektion:** Mit getränkten Kompressen (2 – 4 Stück) vom Harnröhreneingang weg wischen und einwirken lassen.

**Achtung! Jede Kompresse jeweils nur einmal verwenden.**



1. Den Penis zum Einführen des Katheters leicht nach oben anheben. Die erste natürliche Biegung der Harnröhre kann so leichter überwunden werden.
2. Der Katheter muss nun berührungsfrei in den Harnröhreneingang eingeführt werden. Den Penis immer fest- und leicht gestreckt halten.

Während des gesamten Vorgangs darf die Vorhaut nicht nach vorne rutschen. Das desinfizierte Areal wäre sonst wieder verunreinigt.

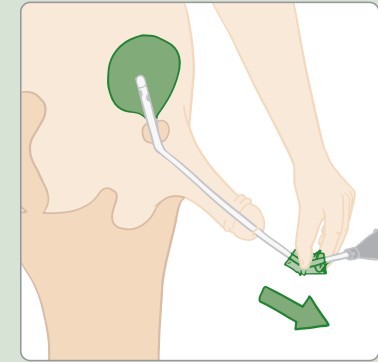


3. Schieben Sie den Katheter vorsichtig weiter bis Urin fließt.

Für ein optimales Abfließen schieben Sie den Katheter noch ca. 1 cm weiter, damit beide Katheteröffnungen in der Blase sind.

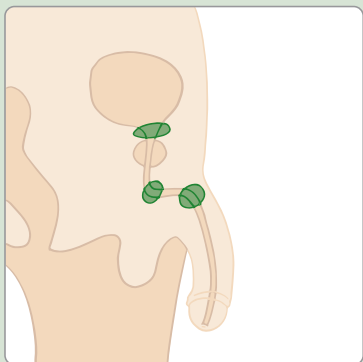
4. Fließt kein Urin mehr, ziehen Sie den Katheter langsam zurück und entfernen ihn vorsichtig.

Unter Umständen schieben Sie die Vorhaut wieder nach vorne.



5. Um eine Sogbildung beim Herausziehen zu vermeiden, sollten Sie den Katheter dabei unterhalb des Trichters abknicken.
6. Entsorgen Sie alle Materialien und waschen Sie sich die Hände.

Bei Fragen zur Katheterisierung erreichen Sie den Kundenservice der GHD GesundHeits GmbH Deutschland unter 0800 - 51 67 110 (gebührenfrei).



### RAT:

Wie oben beschrieben, werden beim Einführen des Katheters natürliche Engstellen überwunden. Unter Umständen kann hier das Gefühl eines Widerstandes, der mit leichtem Druck überwunden werden kann, auftreten. Da der Schließmuskel überwunden werden muss ist dies normal.

Atmen Sie gleichmäßig weiter, versuchen Sie den Beckenboden aktiv zu entspannen oder halten Sie beim nächsten Mal den Penis anders, z. B. nach unten.

### WICHTIG\*:

Falls der ausgepackte Katheter durch unsterile Materialien (Kleidung, Haut, Haare etc.) verunreinigt wird, muss er durch einen neuen Katheter ausgetauscht werden.

\*gemäß den Leitlinien der Deutschen Gesellschaft für Urologie