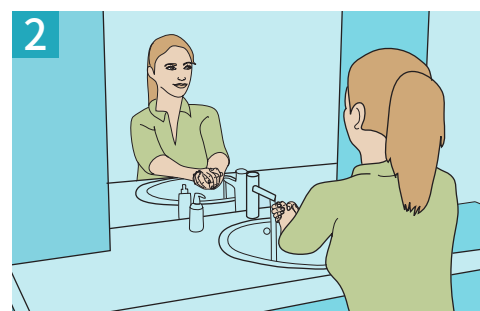


自我间歇导尿操作步骤

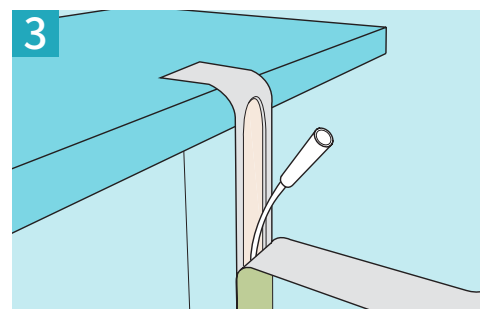
适用于女性使用者

1. 导尿前请确认您已准备好导尿所需的全部物品。

2. 首先，用水和肥皂彻底地清洁双手。或者使用酒精、消毒纸巾清洁双手。



3. 现在您已准备好导尿管。这一步根据您使用的导尿管类型会略有不同。请在使用前务必查阅随产品提供的“使用说明书”。如果您使用的是一次性使用无菌导尿管（润捷®），撕去包装袋后侧上方的圆形贴片，将包装袋垂直粘贴到触摸范围内的平面，打开包装，开口长度以看到完整的导尿管接口为止。如果尿液不是直接排入马桶，在导尿管接口处连接一个尿袋，并将尿袋放置在一个安全的地方。

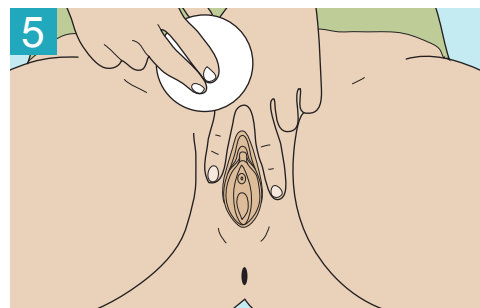


4. 您可以坐在马桶或轮椅上，也可站着操作。调整体位，如果是坐着操作，将骨盆尽量向前倾，以便导管轻松插入。褪下裤子及内衣，露出生殖器。确认您处于舒服、安全的位置，心情放松，以便轻松插入导尿管。

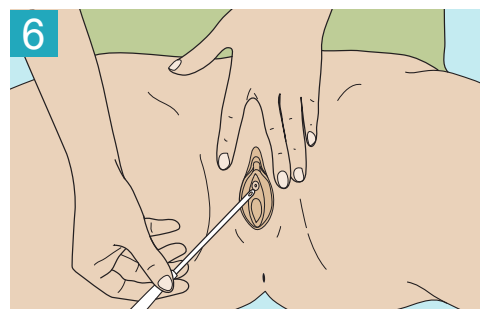


5. 轻轻地分开阴唇并清洗尿道口。从前向后清洗，防止细菌进入尿道和膀胱，引起感染。消毒纸巾或棉片每张只可使用一次，请勿重复使用。

从现在开始，要保持阴唇分开。

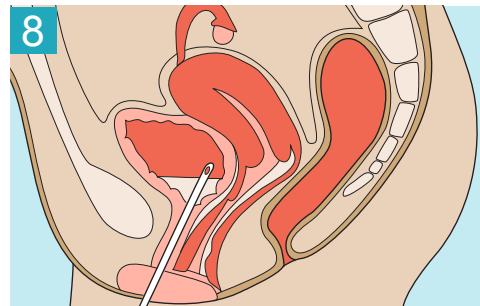


6. 确保导尿管在插入前不要触碰阴唇或其他物品。如果导尿管触碰到其他物品，如接触到水槽、衣服或者自身皮肤等，必须更换导尿管，避免因使用了污染的导尿管而导致泌尿系感染的发生。



7. 放松身体，有助于导尿管插入。轻柔而缓慢地将导尿管插入尿道。在尿液流出前，将导尿管末端稍向下弯或折闭，可防止尿液溅出。

8. 继续轻柔缓慢持续插入尿管，直至可见尿液流出。当尿液逐渐停止流出后，调整身体姿态，稍向前移动并坐直，确保膀胱能够完全排空，最后缓慢地拔出导尿管。



9. 您可以将导尿管置于包装袋内，并丢入垃圾桶。但不能将其丢入马桶中。如果您使用了垫布和消毒纸巾，也请一并丢入垃圾桶。

10. 清洗双手，至此已完成了所有步骤。



使用前，务必查阅随产品提供的“使用说明书”