

# 自我间歇导尿操作步骤

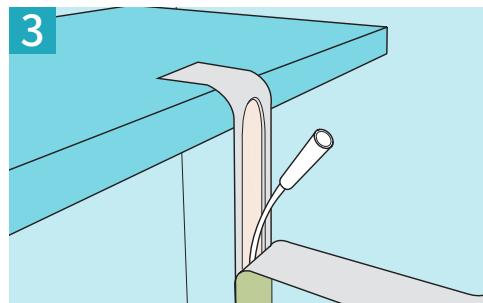
## 适用于男性使用者

1. 导尿前请确认您已准备好导尿所需的全部物品。

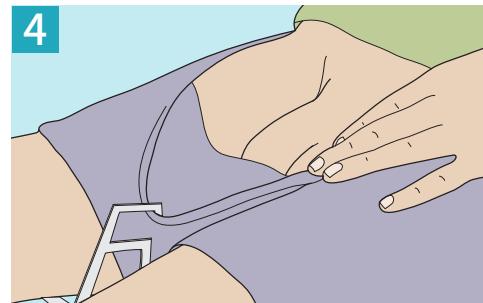
2. 首先，用水和肥皂彻底地清洁双手。或者使用酒精、消毒纸巾清洁双手。



3. 现在您已经准备好导尿管。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<sup>®</sup>），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. 您可以站在马桶前或旁边，也可以坐着操作。如果您能够站立，您也可选择站立位操作。确认您处于舒适、安全的位置，心情放松，以便轻松插入导尿管。  
褪下裤子及内衣，露出生殖器。您可以使用一个挂钩勾住裤子并固定。



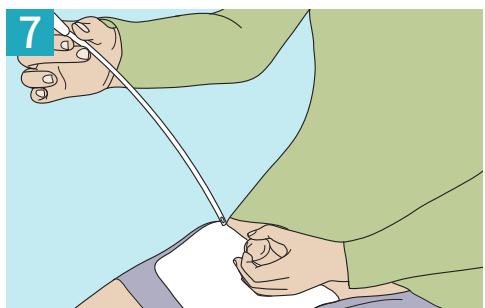
使用前，务必查阅随产品提供的“使用说明书”

- 5.** 如果在轮椅上操作，为避免弄湿衣物可在阴茎下垫一块布。将包皮向后拉，露出尿道外口，用消毒纸巾或棉片进行清洁，从尿道口由内向外旋转清洗，以防止细菌进入尿道和膀胱。消毒纸巾或棉片每张只可使用一次，请勿重复使用。保持包皮外翻，确保阴茎头不要接触包皮或其他物品。



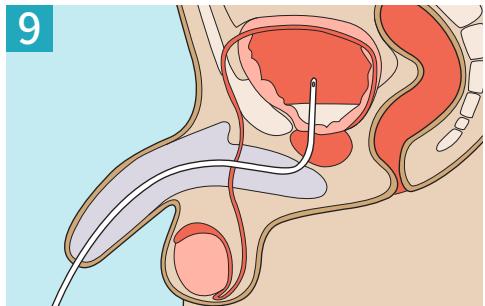
- 6.** 向上提起阴茎，轻柔握住并固定，使其与腹部呈 60°角。

- 7.** 确保导尿管在插入前不要触碰到任何物品。如果导尿管触碰到其他物品，必须更换导尿管，避免因为使用了污染的导尿管而导致泌尿系感染的发生。



- 8.** 轻轻挤压阴茎头使其打开尿道口。放松身体，有助于导尿管插入。

- 9.** 轻柔而缓慢地将导尿管插入尿道。插入过程中遇到一定阻力是正常现象，可能是此时导尿管到达了尿道括约肌或前列腺部。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。继续轻柔缓慢持续插入导尿管，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。



- 10.** 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。

- 11.** 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”

