

## Autosondages Quelques recommandations

### Règles d'hygiène

- Bien se laver les mains au savon et à l'eau avant et après le sondage ou avec une solution hydro alcoolique
- Une sonde = un sondage
- Laver le méat urinaire à l'eau ou lingettes bébé avant et après le sondage
- Se sonder RÉGULIÈREMENT, toutes les 3 ou 4 heures.  
Par exemple : Au lever  
                  vers 11h00  
                  vers 15h00  
                  vers 19h00  
                  au coucher  
OU Selon les indications médicales
- Ne pas récolter pas plus de 400 cc de volume d'urine ; et bien vider la vessie.
- NE PAS ARRÊTER LES SONDAGES SANS AVIS MEDICAL

### Recommandations au quotidien

- Buvez 1,5 l de boissons par jour : eau, soupe, café, thé, tisane...
- Pensez à anticiper le stock de matériel pour ne pas être à court

### Signes d'alerte

- Urines malodorantes
- Urines foncées ou troubles
- Brûlures
- Fièvre et/ou frissons
- Augmentation des raideurs (spasticité)

### Quoi faire ?

- Augmenter les apports hydriques
- Augmenter la fréquence des sondages

**Si les symptômes persistent, contacter le médecin traitant**