

Paso a paso: Cómo sondarse

1

Realizar una buena higiene de manos con agua y jabón.



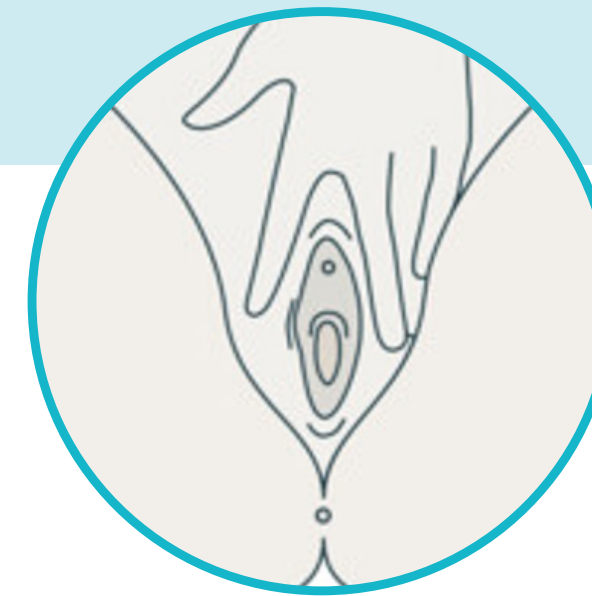
2

Baje la ropa interior y el pantalón lo suficiente para dejar accesible la zona genital.



3

Con ayuda de tu mano no dominante en forma de V invertida, abre los labios para poder localizar el meato.



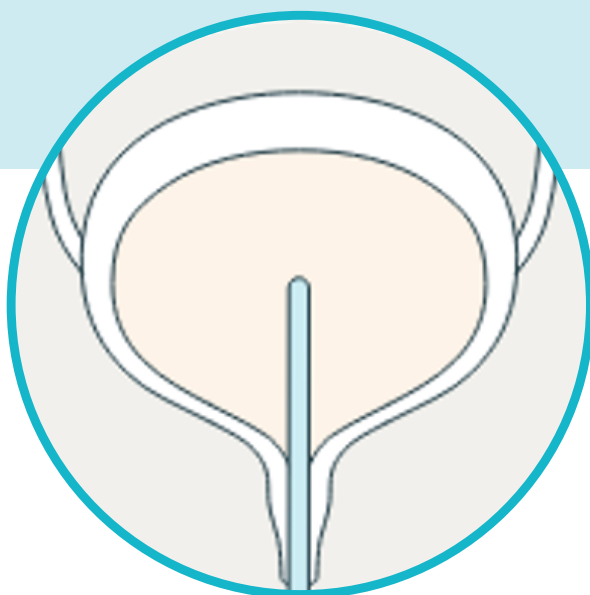
4

Introduce la sonda a través del meato. Recuerda que la sonda no debe tocar ninguna superficie antes de ser introducida.



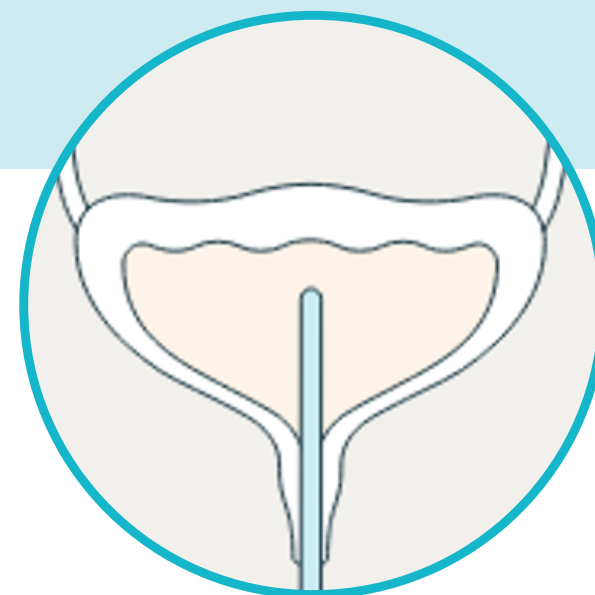
5

Introduce la sonda hasta que la orina empiece a salir.



6

Cuando la orina deje de salir, reposiciona la sonda para vaciar completamente la vejiga.



7

Una vez que la vejiga esté completamente vacía, retire la sonda.



8

Deseche la sonda, y lávese nuevamente las manos con agua y jabón.

