

Què és un sondatge vesical difícil?

Un procediment per buidar la bufeta que, malgrat l'ús de la tècnica correcta, requereix més temps, més intents o assistència addicional (posicionament, il·luminació o tipus de catèter) per inserir la sonda.

OBJECTIU PRIORITARI

Com autosondar-se de manera segura:
Feu-ho amb calma, no us hi forceu.

ABANS DE COMENÇAR

- Busca un **espai privat**.
- **Renteu-vos les mans** (amb aigua i sabó o amb desinfectant de mans).
- **Dueu a terme la higiene genital** (retalleu els pèls).
- **Assegureu-vos que la zona estigui neta**.
- **Adopteu una posició còmoda** i eficaç.
- Garantiu que tingueu prou il·luminació.
- **Respireu de manera lenta i pausada**.



FACTORS QUE CAL TENIR EN COMPTE

- **Sonda:** prioritzeu una sonda curta i precisa.
- **Il·luminació:** frontal o lateral; utilitzeu el flaix del telèfon mòbil si cal.
- **Ritme:** feu-ho amb calma; si trobeu resistència, atureu-vos i readapteu l'angle.
- **Senyals d'alerta:** dolor intens, sagnat abundant o febre.

POSICIONS I AJUSTAMENTS

Per a totes les posicions:

- Obertura en 'V': els dits índex i del mig separen els llavis menors.
- Localitzeu el meat amb un mirall o palpant.
- Ajusteu l'angle del tors per a un millor accés.
- Agafeu la sonda pel con, per a més precisió.
- Inseriu la sonda, tenint cura de no causar fricció.
- Si trobeu resistència, reajusteu l'angle i torneu-ho a provar.
- Si no avanceu, passeu al pla B.

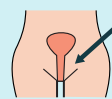


Altres opcions per al sondatge intermitent

(Si no heu aconseguit fer-la després de diversos intents)



Feu una pausa de pocs minuts.



Assegureu-vos que no esteu a la vagina.
Col·locar un dit a la vagina o posicionar-hi la sonda us pot ajudar a localitzar l'orifici uretral.



Tingueu una altra sonda nova a mà, per si de cas.



Canvieu la vostra posició i/o ajusteu l'angle d'inserció.



Si trobeu resistència durant la inserció, atureu-vos, respireu lentament o tossiu suaument per ajudar a relaxar els músculs, o bé ajusteu l'angle.



Si continueu tenint problemes, poseu-vos en contacte amb la vostra infermera.

Sondatge intermitent en dones

Tècniques clau i recomanacions de la vostra infermera



Ostomy Care | Continence Care | Wound and Skin Care | Interventional Urology | Voice and Respiratory Care
Todos los derechos reservados por Coloplast Productos Médicos, S. A.U. Condessa de Venadito 5, 4ª planta - 28027 Madrid, España. www.coloplast.es Coloplast es una marca registrada de Coloplast A/S. © 2026/07 - 460N0D4792



Desenvolupat per **FEMCAT**
Sondaje Intermitente Femenino

Estirada al llit o reclinada



Doblegueu les cames, aixequiu-les o gireu-vos lleugerament de costat si teniu dificultats. Feu servir un coixí de suport si cal.

Si us costa obrir les cames, ajudeu-vos recolzant els colzes en un suport o col·locant un coixí a l'esquena.



De vegades, pot ser útil alçar les cames.

En cadira de rodes o asseguda



Feu servir els frens del seient de la cadira de rodes. Si cal, col·loqueu la pelvis a la vora del llit.

Podeu recolzar una cama o les dues en una altra superfície o en el respall del seient de la cadira de rodes.



Utilitzeu un coixí amb forma de falca per millorar l'angle.

Eleveu les cames per facilitar la visió i, posteriorment, la inserció de la sonda.



Dreta



Reclineu l'esquena contra la paret si cal. Doblegueu lleugerament els genolls, si cal.



Una altra opció, si teniu un bon equilibri, és recolzar una cama en una superfície estable o al vàter.

Si teniu dificultats fora de casa

Assegureu-vos de portar prou equipament i aneu amb calma.

KIT PORTÀTIL

- Sondes
- Bossa de drenatge
- Tovallolletes d'higiene íntima
- Desinfectant de mans



Si voleu més informació, escanegeu el codi QR