

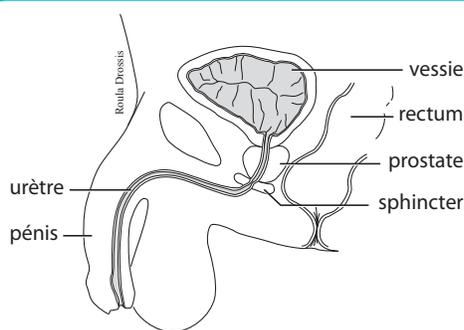


Cathétérismes intermittents propres pour les hommes

Le cathétérisme intermittent propre est une méthode sécuritaire et efficace pour vider la vessie quand celle-ci ne peut se vider complètement d'elle-même. Beaucoup d'hommes considèrent que les cathétérismes intermittents propres ont amélioré leur santé et leur qualité de vie.

Votre médecin vous a recommandé de faire des cathétérismes intermittents propres pour aider à vider votre vessie. L'urine est produite par les reins et transportée dans la vessie, où elle est gardée. Quand vient le temps de vider la vessie, le sphincter du col de la vessie se relâche tandis que le muscle de la vessie se contracte pour expulser l'urine par l'urètre (« conduit urinaire »).

Vue de côté de la vessie, de la prostate et de l'urètre de l'homme



Quelquefois, il arrive que la vessie ne se vide pas complètement ou même pas du tout, suite à un blocage du conduit (p. ex. une prostate volumineuse) ou à un affaiblissement du muscle de la vessie. La vessie doit alors être vidée à l'aide d'un tube de plastique ou de caoutchouc, ou **cathéter**, passé par l'urètre.

Dans certains cas, un cathéter sera laissé en place et drainera l'urine continuellement dans un sac collecteur. Après quelques semaines, ce tube peut entraîner une infection urinaire et la formation de pierres (ou calculs), en plus de causer un certain désagrément dû à la présence du cathéter dans l'urètre et au port d'un sac collecteur. La plupart du temps, les hommes affectés d'une vidange incomplète de la vessie peuvent apprendre, moyennant un minimum d'effort, à insérer et à retirer le cathéter eux-mêmes, diminuant ainsi le risque d'infection et les désagréments.

Matériel requis

- Un cathéter de plastique clair ou un cathéter de caoutchouc, habituellement de calibre 12, 14 ou 16 French
- Un lubrifiant soluble à l'eau (p. ex. gelée K-Y® ou Muko®). **Ne pas utiliser de gelée de pétrole (p. ex. Vaseline®) ou d'huile minérale.**
- Un linge savonneux, des lingettes jetables ou des lingettes humides non parfumées
- Une serviette propre et sèche
- Un contenant pour la collecte de l'urine
- Un contenant pour le cathéter (p. ex. sac de plastique refermable)

Technique de cathétérisme

Une technique adéquate « propre » (sans désinfectant ni gants requis) aide à prévenir les infections sans qu'une méthode parfaitement stérile soit nécessaire. Les cathétérismes peuvent être pratiqués dans n'importe quelle chambre de bain propre. Prévoyez si possible de l'espace de comptoir près de vous.

1. Placez tous les objets dont vous aurez besoin à portée de la main.
2. Essayez de vider votre vessie si possible, sans forcer.
3. Lavez-vous les mains soigneusement avec de l'eau et du savon, rincez et séchez. Des ongles courts et propres sont conseillés.
4. Installez-vous en position confortable; les cathétérismes peuvent être faits en position debout, assis devant ou sur la toilette, ou au lit avec appui.
5. Si vous n'êtes pas circoncis, rétractez le prépuce. Lavez le gland avec de l'eau et du savon, puis rincez et séchez. Une lingette humide jetable peut aussi être utilisée.
6. Lubrifiez généreusement le bout du cathéter sur une longueur d'environ 8 cm (3 pouces) avec un lubrifiant hydrosoluble.

Cathétérismes intermittents propres pour les hommes

Vue de côté de la main gauche tenant le pénis et de la main droite insérant un cathéter



7. Avec la main non dominante (c.-à-d. la main gauche si vous êtes droitier), saisissez le pénis juste derrière le gland et tirez-le doucement et légèrement vers le haut pour redresser l'urètre.
8. Utilisant la main droite (si vous êtes droitier), insérez lentement le cathéter dans l'urètre jusqu'à ce que l'urine commence à s'écouler. Il peut y avoir une légère résistance au niveau du sphincter et de la prostate. Il importe de respirer lentement et de relaxer les muscles. Poussez le cathéter sur une longueur d'environ 3 cm (un pouce) pour vous assurer que le bout du cathéter est bien situé dans la vessie.
9. Drainez l'urine dans un contenant ou directement dans la toilette. Des efforts légers peuvent aider à vidanger la vessie. Remarquez la quantité d'urine évacuée.
10. Lorsque l'urine cesse de s'écouler, retirez lentement le cathéter. De l'urine peut encore s'écouler sporadiquement à mesure que toutes les cavités se vident.
11. Essuyez le gland avec un papier mouchoir puis replacez le prépuce dans sa position normale.
12. Nettoyez et rangez le cathéter puis lavez-vous de nouveau les mains.

Votre médecin ou infirmière vous indiquera à quelle fréquence vous cathétériser. La fréquence des cathétérismes dépend du volume et du type de liquides que vous consommez, et de la capacité de votre vessie. Un apport liquidien restreint durant la soirée peut contribuer à prévenir le besoin de vider la vessie durant la nuit.

Généralement, une sensation de vessie pleine vous indiquera le moment où vous devrez faire vos cathétérismes. La plupart des hommes avec une capacité vésicale entre 400 et 500 ml (13-17 oz) d'urine et qui vident leur vessie uniquement par cathétérismes, utiliseront cette méthode quatre ou cinq fois par jour ou environ toutes les quatre à six heures.

Modèle d'horaire

Heure	Volume uriné	Volume cathétérisé
7 h 30	225 ml	350 ml
12 h		475 ml
16 h 30	125 ml	375 ml

Si votre capacité vésicale dépasse 600 ml (20 oz), vous devrez augmenter la fréquence de vos cathétérismes. Par contre, si le volume vidé est inférieur à 200 ml (7 oz) à chaque cathétérisme et que vous êtes capable d'uriner par vous-même, vous pourrez probablement diminuer la fréquence des cathétérismes. Si vous doutez que votre vessie soit pleine, faites un cathétérisme. Dans peu de temps, vous reconnaîtrez sans faute le moment de vous cathétériser. Avec le temps, vous établirez un horaire régulier. **Un compte rendu écrit faisant mention de l'heure et du volume d'urine obtenu à chaque cathétérisme aidera votre médecin à faire les ajustements nécessaires.**

Vos activités quotidiennes devraient être maintenues, y compris l'activité sexuelle. Une vidange de la vessie est recommandée avant l'activité sexuelle. Le transit intestinal restera habituellement inchangé et votre médication demeurera probablement la même.

Suite à la page suivante

Cathétérismes intermittents propres pour les hommes

Entretien du cathéter

En général, un cathéter peut être réutilisé et nettoyé pendant environ une semaine, à moins qu'il ne devienne rugueux, fissuré ou endommagé. Des cathéters de remplacement peu coûteux peuvent être achetés à votre pharmacie ou magasin de fournitures médicales. Ayez toujours deux ou trois cathéters de rechange en réserve.

Immédiatement après usage, lavez le cathéter à l'eau tiède et savonneuse, puis rincez abondamment l'intérieur ainsi que l'extérieur. Du savon liquide pour les mains ou du savon pour la vaisselle sont efficaces et sécuritaires. Laissez sécher à l'air sur une surface propre ou une serviette. Rangez le cathéter dans un papier essuie-tout sec ou un sac de plastique propre.

Consultez votre médecin ou l'infirmière du service d'urologie si vous éprouvez l'un ou l'autre de ces problèmes.

Le cathétérisme intermittent propre est une méthode sûre et efficace pour vider votre vessie lorsque nécessaire. Après une période d'apprentissage de quelques semaines, vous développerez une plus grande habileté. La plupart des hommes ont le sentiment que leur qualité de vie est peu affectée et souvent même améliorée grâce à la pratique des cathétérismes intermittents propres.

Problèmes éventuels

- De la **douleur** ou de la **résistance** au passage du cathéter peuvent indiquer unelubrification insuffisante. Quelquefois elle peut être le signe de la formation d'une cicatrice au niveau du conduit urinaire.
- La présence de **sang** sur le cathéter ou dans l'urine évoque la possibilité d'un traumatisme au niveau de l'urètre, de la prostate ou de la vessie. On doit s'inquiéter d'un saignement continu, fréquent ou abondant.
- Une urine trouble ou nauséabonde, des douleurs à la miction, de la fièvre (température supérieure à 38,5 °C ou 101 °F), des frissons ou une transpiration anormale peuvent signaler une **infection**.
- Si vous êtes incapable d'insérer le cathéter après quelques essais, vous devriez vous présenter immédiatement à l'urgence.

Cette publication est produite par

Canadian Urological Association
The Voice of Urology in Canada



Association des Urologues du Canada
La voix de l'urologie au Canada

Cette publication est approuvée par



ASSOCIATION DES
UROLOGUES
DU QUÉBEC

Les informations présentées dans cette publication ne visent pas à remplacer une opinion médicale ni à se substituer à la consultation d'un médecin qualifié. L'Association des urologues du Canada décline toute responsabilité, légale ou autre, causée de quelque façon que ce soit, incluant la négligence, pouvant découler des informations contenues ou référencées dans cette brochure.

© 2014. Association des urologues du Canada. Tous droits réservés.

cua.org