



 To prepare Assemble all equipment and prepare the area. Wash your hands as advised by your healthcare practitioner. Position yourself to carry out intermittent catheterisation. Manipulate your clothing to access your genitalia.	 Tear open funnel end of package (A). Tear open tip end at (B). Leave catheter in package.	Male Hold the penis with your non-dominant hand and don't let go until you have finished the procedure. Pull back foreskin (if present) and cleanse the glans and opening of urethra as instructed by your healthcare practitioner. Female Spread the labia with two fingers of your non-dominant hand. Cleanse around opening of urethra as instructed by your healthcare practitioner.	Advance catheter tip until it appears beyond top end of package. Direct funnel end towards toilet or collection device. Male Using your forefinger and thumb of your non-dominant hand squeeze penis gently to open the urethral opening. Female Part the labia with two fingers of your non-dominant hand.	With your dominant hand hold the catheter below the holding mechanism (C). Male With the penis stretched and in upright position, insert the catheter until urine starts to flow. If you want to pull back the sleeve, hold the catheter firmly below the holding mechanism (C) to help prevent catheter from slipping out of the urethra. Female Insert the catheter into the urethral opening until urine starts to flow. The sleeve may gather while you are advancing the catheter. If you want to pull back the sleeve, hold the catheter firmly below the holding mechanism to help prevent catheter from slipping out of the urethra.	Once urine flow has stopped, slowly withdraw the catheter. If urine flows again, pause until urine stops. After you're sure the bladder is empty, remove the catheter completely. Male Relax foreskin (if present)	To dispose. Catheter may be disposed of in a waste bin. DO NOT FLUSH DOWN TOILET. Wash your hands.
 التعليمات قم بتجميع كل المعدات وتجهيز المنطقة. اغسل يديك على النحو الذي ينصح به ممارس الرعاية الصحية. ضع نفسك في وضعية مناسبة لإجراء عملية إدخال القسطرة داخل الغلاف. اضبط ملابسك بشكل يسمح بالوصول إلى أعضائك التناسلية.	 مَرْقُ طرف الغلاف الذي يوجد فيه القمع (A) لفتحه. مَرْقُ الطرف الذي يوجد فيه الرأس عند النقطة (B) لفتحه. اترك القسطرة داخل الغلاف.	للذكور امسك القضيب بيدك التي لا تستخدمها كثيرًا ولا تغطّله قبل إنهاء الإجراء. اسحب القلفة إلى الخلف (إذا كانت موجودة) ونظف الخشفة وفتحة الإحليل وفقًا لتعليمات ممارس الرعاية الصحية. للإناث افصلي الشفرّين بعضهما عن بعض بإصبعين من يدك التي لا تستخدمينها كثيرًا. نظّفي المنطقة المحيطة بفتحة الإحليل وفقًا لتعليمات ممارس الرعاية الصحية.	ادفع رأس القسطرة حتى يظهر خارج الطرف العلوي للغلاف. وجّه طرف القمع نحو المرحاض أو جهاز التجميع. للذكور اضغط برفق على القضيب لفتح فتحة الإحليل باستخدام إصبعي السبابة والإبهام من يدك التي لا تستخدمها كثيرًا. للإناث باعدي الشفرّين بعضهما عن بعض بإصبعين من يدك التي لا تستخدمينها كثيرًا.	أمسك القسطرة من أسفل آلية الإمساك (C) بيدك التي تستخدمها كثيرًا. للذكور أثناء تمديد القضيب في وضع مستقيم، أدخل القسطرة حتى يبدأ تدفق البول. إذا كنت تريد سحب الكم إلى الخلف، فأمسك القسطرة بإحكام من أسفل آلية الإمساك (C) للمساعدة في تقادي انزلاق القسطرة خارج الإحليل. للإناث أدخل القسطرة في فتحة الإحليل حتى يبدأ تدفق البول. قد يتكثّل الكم في أثناء دفع القسطرة. إذا كنت تريد سحب الكم إلى الخلف، فأمسكي القسطرة بإحكام من أسفل آلية الإمساك للمساعدة في تقادي انزلاق القسطرة خارج الإحليل.	بمجرد توقف تدفق البول، اسحب القسطرة ببطء. إذا تدفق البول مرة أخرى، فتوقف مؤقتًا حتى يتوقف البول. بعد ذلك من فراغ المثانة، أخرج القسطرة بالكامل. للذكور قم بإرخاء القلفة (إذا كانت موجودة)	للتخلص. يمكن التخلص من القسطرة في سلة مهملات. لا تتخلص من المنتج في مقعد المرحاض. غسل يديك.
 Instruktioner Klargøring Saml alt udstyr, og klargør området. Vask dine hænder som anbefalet af sundhedspersonale. Placer dig selv, så du kan udføre intermitterende kateterisering. Placer dit tøj for at få adgang til dine kønsorganer.	 Riv emballagens ende ved tagten åben (A). Riv emballagens ende ved spidsen åben ved (B). Lad kateteret sidde i pakken.	Mænd Hold penis med din ikke-dominerende hånd, og slip ikke, før du er færdig med proceduren. Træk forhuden tilbage (hvis eksisterende), og rengør glansen og åbningen af urinrøret som anviset af sundhedspersonale. Kvinder Spred kønslæberne med to fingre på din ikke-dominerende hånd. Rengør omkring åbningen af urinrøret som anviset af sundhedspersonale.	Før kateterspidsen frem, indtil den kommer til syne uden for den øverste ende af emballagen. Ret tagtenden mod toilettet eller opsamlingsenheden. Mænd Brug din pegefinger og tommelfinger på din ikke-dominerende hånd til at klemme penis forsigtigt for at åbne urinrørsåbningen. Kvinder Spred kønslæberne med to fingre på din ikke-dominerende hånd.	Hold fast om kateteret under holdemekanismen (C) med din dominerende hånd. Mænd Med penis strakt og i opretstående position indføres kateteret, indtil urinen begynder at løbe. Hvis du vil trække beskyttelsesposen tilbage, skal du holde fast om kateteret under holdemekanismen (C) for at forhindre kateteret i at glide ud af urinrøret. Kvinder Indfør kateteret i urinrørsåbningen, indtil urinen begynder at løbe. Beskyttelsesposen kan rynke sig sammen, mens du fører kateteret frem. Hvis du vil trække beskyttelsesposen tilbage, skal du holde fast om kateteret under holdemekanismen for at forhindre kateteret i at glide ud af urinrøret.	Når urinen stopper med at løbe, skal du langsomt trække kateteret ud. Hvis urinen løber igen, skal du holde pause, indtil urinen stopper. Når du er sikker på, at blæren er tom, skal du fjerne kateteret helt. Mænd Slip forhuden (hvis eksisterende)	Bortskaffelse. Kateteret kan bortskaffes i en affaldsspand. MÅ IKKE SKYLLES UD I TOILETTET. Vask dine hænder.
 Anleitung Vorbereiten Legen Sie alle Materialien bereit, die Sie für das Katheterisieren benötigen. Waschen Sie Ihre Hände gemäß Anweisung Ihrer medizinischen Fachkraft. Nehmen Sie Ihre Position für die Durchführung der intermittierenden Katheterisierung ein. Öffnen Sie Ihre Kleidung so weit, dass Sie gut an Ihre Genitalien herankommen.	 Reißen Sie die Verpackung am Ende des Ableitungstrichters auf (A). Reißen Sie die Verpackung am Ende der Spitze an der Stelle (B) auf. Lassen Sie den Katheter in der Verpackung.	Männer Halten Sie den Penis mit Ihrer nicht dominanten Hand bis zum Ende des Katheterisierens fest. Ziehen Sie die Vorhaut (falls vorhanden) zurück und reinigen Sie Eichel und Harnröhrenöffnung gemäß Anweisung Ihrer medizinischen Fachkraft. Frauen Spitzen Sie die Schamlippen mit zwei Fingern Ihrer nicht dominanten Hand. Reinigen Sie den Bereich rund um die Harnröhrenöffnung gemäß Anweisung Ihrer medizinischen Fachkraft.	Schieben Sie die Katheterspitze vor, bis sie über das obere Ende der Verpackung hinausragt. Halten Sie das Ende des Ableitungstrichters in Richtung Toilette oder Auffangbehälter. Männer Drücken Sie mit Zeigefinger und Daumen Ihrer nicht dominanten Hand vorsichtig die Eichel zusammen, um den Harnröhreneingang zu öffnen. Frauen Spitzen Sie die Schamlippen mit zwei Fingern Ihrer nicht dominanten Hand.	Halten Sie den Katheter mit Ihrer dominanten Hand unterhalb des Haltemechanismus (C). Männer Führen Sie den Katheter in den gestreckten und aufrecht gehaltenen Penis ein, bis der Urin zu fließen beginnt. Wenn Sie die Folie zurückziehen möchten, halten Sie den Katheter fest unterhalb des Haltemechanismus (C), damit der Katheter nicht aus der Harnröhre rutscht. Frauen Führen Sie den Katheter in die Harnröhrenöffnung ein, bis der Urin zu fließen beginnt. Die Folie kann während des Vorschiebens des Katheters Falten bilden. Wenn Sie die Folie zurückziehen möchten, halten Sie den Katheter fest unterhalb des Haltemechanismus, damit der Katheter nicht aus der Harnröhre rutscht.	Nachdem der Urinfluss aufgehört hat, ziehen Sie den Katheter langsam zurück. Falls der Urin erneut fließt, warten Sie, bis der Urinfluss endet. Wenn Sie sicher sind, dass die Harnblase leer ist, entfernen Sie den Katheter vollständig. Männer Lassen Sie die Vorhaut (falls vorhanden) wieder los	Entsorgen. Kateteret kann in einem Abfallimer entsorgt werden. ENTSORGEN SIE IHN NICHT IN DER TOILETTE. Waschen Sie Ihre Hände.
 Instrucciones Para preparar Reúna todo lo necesario y prepare la zona. Lávese las manos según las indicaciones de su profesional de la salud. Colóquese para realizar un cateterismo intermitente. Manipule la ropa para acceder a los genitales.	 Abra el envase por el extremo de la vía de drenaje (A). Abra el envase por el extremo de la punta de la sonda (B). Deje la sonda dentro del envase.	Hombre Sujete el pene con su mano no dominante y no lo suelte hasta que haya terminado el procedimiento. Tire hacia atrás del prepucio (si lo hubiera) y limpie el glande y la abertura de la uretra según las instrucciones de su profesional de la salud. Mujer Separe los labios de la vagina con dos dedos de su mano no dominante. Limpie alrededor de la abertura de la uretra según las instrucciones de su profesional de la salud.	Haga avanzar la punta de la sonda hasta que sobresalga por el extremo superior del envase. Dirija la vía de drenaje hacia el inodoro o el dispositivo de recogida. Hombre Con el dedo índice y el dedo pulgar de su mano no dominante, apriete suavemente el pene para abrir la abertura uretral. Mujer Separe los labios de la vagina con dos dedos de su mano no dominante.	Con la mano dominante, sujete la sonda por debajo del mecanismo de sujeción (C). Hombre Con el pene estirado y en posición vertical, inserte la sonda hasta que la orina comience a fluir. Si desea estirar la funda, sujete la sonda firmemente por debajo del mecanismo de sujeción (C) para evitar que se salga de la uretra. Mujer Introduzca la sonda en la abertura uretral hasta que la orina comience a fluir. La funda puede arrugarse mientras hace avanzar la sonda. Si desea estirar la funda, sujete la sonda firmemente por debajo del mecanismo de sujeción para evitar que se salga de la uretra.	Una vez que se detenga el flujo de orina, retire la sonda lentamente. Si la orina fluye de nuevo, haga una pausa hasta que se detenga. Tras asegurarse de que la vejiga está vacía, retire la sonda por completo. Hombre Suelte el prepucio, si lo hubiera.	Para eliminar. La sonda se puede desechar en una papelera. NO LA TIRE POR EL INODORO. Lávese las manos.
 Instructions Préparation Rassembler le matériel et préparer la zone. Se laver les mains selon les recommandations du professionnel de santé. Se positionner de sorte à pouvoir procéder au sondage intermittent. Retirer les vêtements de façon à pouvoir accéder à la zone génitale.	 Ouvrir l'extrémité de l'emballage du côté du godet (A). Ouvrir l'extrémité du côté de l'embout (B). Laisser la sonde dans son emballage.	Hommes Tenir le pénis de la main gauche (si droitier) ou droite (si gaucher) jusqu'à ce que la procédure soit terminée. Tirer le prépuce vers l'arrière (le cas échéant), puis nettoyer le gland et le méat urétral, comme indiqué par le professionnel de santé. Femmes Écarter les lèvres en utilisant deux doigts de la main gauche (si droitière) ou droite (si gauchère). Nettoyer le méat urétral, comme indiqué par le professionnel de santé.	Faire avancer l'extrémité de la sonde jusqu'à ce qu'elle dépasse de l'extrémité supérieure de l'emballage. Diriger l'embout du godet vers les toilettes ou le dispositif de recueil. Hommes En utilisant l'index et le pouce de votre main gauche (si droitier) ou droite (si gaucher), appliquer une légère pression sur le pénis pour ouvrir le méat urétral. Femmes Écarter les lèvres en utilisant deux doigts de la main gauche (si droitière) ou de la main droite (si gauchère).	À l'aide de votre main dominante, maintenir la sonde sous le mécanisme de maintien (C). Hommes Étirer le pénis en position verticale, puis faire avancer la sonde jusqu'à ce que l'urine commence à s'écouler. Pour tirer la gaine, tenir fermement la sonde sous le mécanisme de maintien (C) pour éviter que la sonde ne se retire de l'urètre. Femmes Insérer la sonde dans le méat urétral jusqu'à ce que l'urine commence à s'écouler. La gaine peut se replier sur elle-même pendant l'avancée de la sonde. Pour tirer la gaine, tenir fermement la sonde sous le mécanisme de maintien pour éviter que la sonde ne se retire de l'urètre.	Une fois que l'urine a cessé de couler, tirer lentement sur la sonde. Si l'urine continue de couler, attendre jusqu'à ce qu'elle cesse de couler. Lorsque la vessie est totalement vide, retirer complètement la sonde. Hommes Relâcher le prépuce (le cas échéant)	Mise au rebut. La sonde peut être mise au rebut dans une poubelle. NE PAS JETER LA SONDE DANS LES TOILETTES. Se laver les mains.
 Istruzioni Come preparare Allestire i materiali e preparare l'area. Lavarsi le mani secondo le indicazioni dell'operatore sanitario. Posizionarsi in maniera tale da eseguire la cateterizzazione intermittente. Stacciare gli indumenti in modo tale da avere accesso ai propri organi genitali.	 Aprire la confezione all'estremità del connettore (A). Aprire l'estremità della punta in corrispondenza di (B). Lasciare il catetere nella confezione.	Maschio Con la mano non dominante, mantenere il pene fino al termine della procedura. Ritrarre il prepuzio (se presente) e detergere il glande e l'apertura dell'uretra secondo le istruzioni fornite dall'operatore sanitario. Femmina Aprire le labbra con due dita della mano non dominante. Detergere intorno all'apertura dell'uretra secondo le istruzioni fornite dall'operatore sanitario.	Far avanzare la punta del catetere fino a quando non appare oltre l'estremità superiore della confezione. Dirigere l'estremità del connettore verso il WC o il dispositivo di raccolta. Maschio Usando l'indice e il pollice della mano non dominante, esercitare una delicata pressione sul pene per aprire l'apertura dell'uretra. Femmina Separare le labbra con due dita della mano non dominante.	Con la mano dominante, afferrare il catetere al di sotto del meccanismo di tenuta (C). Maschio Con il pene teso e in posizione verticale, inserire il catetere fino a quando l'urina non inizia a defluire. Se si desidera ritirare la guaina, afferrare il catetere saldamente al di sotto del meccanismo di tenuta (C) per evitare che scivoli via dall'uretra. Femmina Inserire il catetere nell'apertura dell'uretra fino a quando l'urina non inizia a defluire. La guaina potrebbe ripiegarsi mentre si fa avanzare il catetere. Se si desidera ritirare la guaina, afferrare il catetere saldamente al di sotto del meccanismo di tenuta per evitare che scivoli via dall'uretra.	Quando il flusso dell'urina si è arrestato, estrarre lentamente il catetere. Se il flusso continua, attendere fino al suo arresto. Dopo essersi accertate che la vescica sia vuota, rimuovere completamente il catetere. Maschio Rilasciare il prepuzio (se presente)	Come smaltire. Il catetere può essere smaltito in un contenitore dei rifiuti. NON GETTARE IL CATETERE NEL WC. Lavarsi le mani.
 Instructies Vorbereiden Zorg ervoor dat alle hulpmiddelen gereed zijn en bereid de ruimte voor. Was uw handen, zoals geadviseerd door uw zorgverlener. Neem een geschikte houding aan voor het uitvoeren van intermitterende katheterisatie. Maak uw kleding los om toegang te krijgen tot uw geslachtsdelen.	 Scheur de verpakking open bij het uiteinde van de connector (A). Scheur de verpakking open bij het uiteinde van de tip (B). Laat de katheter in de verpakking.	Mannen Houd de penis vast met uw niet-dominante hand en laat pas los nadat u de procedure heeft voltooid. Schuif de voorhuid (indien aanwezig) terug en reinig de eikel en de opening van de urethra volgens de instructies van uw zorgverlener. Vrouwen Spread de schaamlippen met twee vingers van uw niet-dominante hand. Reinig rond de opening van de urethra volgens de instructies van uw zorgverlener.	Beweeg het uiteinde van de katheter naar voren totdat het voorbij de bovenkant van de verpakking uitsteekt. Leid het uiteinde van de connector naar het toilet of opvangsysteem. Mannen Knijp voorzichtig met uw wijsvinger en duim van uw niet-dominante hand in de penis om de urethra-opening te openen. Vrouwen Spread de schaamlippen met twee vingers van uw niet-dominante hand.	Houd met uw dominante hand de katheter vast onder het fixatiemechanisme (C). Mannen Houd de penis uitgerekt en rechtop en breng de katheter in totdat de urine begint te stromen. Als u de sleeve wilt terugtrekken, houdt u de katheter stevig vast onder het fixatiemechanisme (C) om te voorkomen dat de katheter uit de urethra glijdt. Vrouwen Breng de katheter in de opening van de urethra in totdat de urine begint te stromen. De sleeve kan vollopen terwijl u de katheter inbrengt. Als u de sleeve wilt terugtrekken, houdt u de katheter stevig vast onder het fixatiemechanisme om te voorkomen dat de katheter uit de urethra glijdt.	Zodra de urinestroom is gestopt, trek u de katheter langzaam terug. Als de urine opnieuw begint te stromen, onderbreekt u het terugtrekken tot de urinestroom stopt. Verwijder de katheter volledig wanneer u er zeker van bent dat de blaas leeg is. Mannen Schuif de voorhuid (indien aanwezig) terug naar voren.	Wegwerpen De katheter kan worden weggeworpen in een afvalbak. NIET DOOR HET TOILET SPOELEN. Was uw handen.