



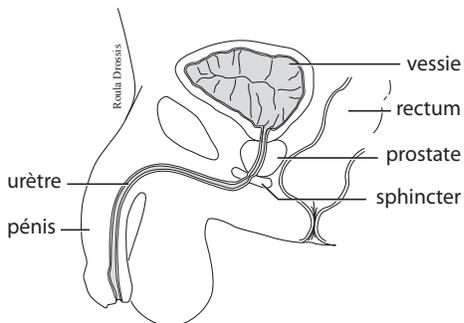
Cathétérisme intermittent propre (CIP) pour les hommes

Le cathétérisme intermittent propre est une méthode sûre pour vider la vessie en présence de troubles de la miction. Beaucoup d'hommes considèrent que le CIP a amélioré leur santé et leur qualité de vie.

Qu'est-ce que le cathétérisme intermittent propre (CIP)?

- L'urine est produite par les reins et transférée dans la vessie, où elle est stockée.
- Quand vous avez besoin d'uriner, le muscle de la vessie se contracte pour expulser l'urine par l'urètre (voir le schéma *Vue de côté de la vessie, de la prostate et de l'urètre*).
- Le cathétérisme intermittent propre (CIP) vous aide à vider votre vessie en cas de difficulté ou d'impossibilité à uriner.

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



Quand un CIP est-il requis?

- Dans la plupart des cas, un CIP est requis pour les raisons suivantes :
 - L'ouverture de la vessie est obstruée (parfois après une chirurgie pelvienne), **OU**
 - Le muscle de la vessie est trop faible pour expulser l'urine, **OU**
 - Pour empêcher du tissu cicatriciel de se refermer.
- Pour vous aider à uriner, un tube en plastique ou en caoutchouc (appelé cathéter) est glissé dans l'urètre jusqu'à la vessie (voir la section *De quoi aurai-je besoin pour effectuer un CIP?*).
- Il est souvent possible d'apprendre à mettre en place et à retirer un cathéter par soi-même (autocathétérisme ou CIP).

- Dans certains cas, vous pourriez avoir besoin qu'un cathéter à demeure (permanent) soit inséré dans votre vessie.
- Avec un cathéter à demeure, l'urine se déverse dans un sac qu'on fixe à l'extérieur du corps, habituellement à la jambe.
- Après plusieurs semaines, un cathéter à demeure peut créer des problèmes tels que :
 - Infection de la vessie
 - Formation de pierres
 - Douleur ou irritation due à la présence d'un cathéter dans l'urètre
 - Désagrément d'avoir à recueillir l'urine dans un sac
- Le CIP peut permettre d'éviter les coûts et les problèmes liés à la pose d'un cathéter à demeure.

De quoi aurai-je besoin pour effectuer un CIP?

- Un cathéter est un tube de plastique clair ou de caoutchouc vendu en différents calibres :
 - 12, 14 ou 16 French (nom utilisé pour indiquer la taille).
 - Votre médecin vous indiquera le calibre que vous devrez utiliser.
- Un lubrifiant (qui rendra la surface plus lisse ou plus glissante) facilite la mise en place du cathéter.
 - Vous aurez besoin d'un lubrifiant hydrosoluble (qui se dissout dans l'eau), comme la gelée K-Y® ou la gelée Muko®.
 - **Il est important de NE PAS utiliser de gelée de pétrole comme Vaseline® ou d'huiles minérales, car elles ne se dissolvent pas dans le corps.**
- Vous pouvez acheter des cathéters bon marché dans des magasins de fournitures médicales ou à votre pharmacie.
- Assurez-vous de toujours avoir deux ou trois cathéters à votre disposition en tout temps.
- Il est aussi possible d'acheter des cathéters déjà lubrifiés (prélubrifiés).

- Un linge savonneux, des lingettes jetables ou des lingettes humides non parfumées.
- Une serviette propre et sèche.
- Une bouteille ou un bol pour la collecte de l'urine, si nécessaire.
- Un miroir à main, pour voir ce que vous faites.
- Un contenant pour entreposer le cathéter, comme un sac à sandwich (Ziploc®) ou un porte-brosse à dents de voyage.

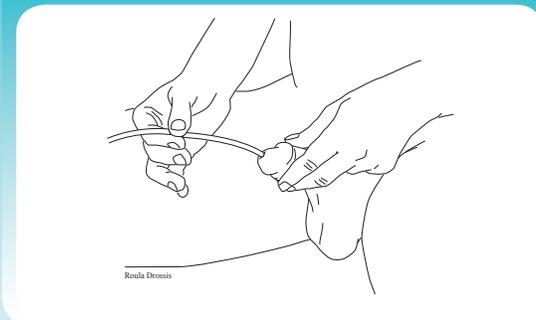
Comment faut-il se préparer à faire un CIP?

- Pour éviter une infection, il suffit généralement de garder la région génitale propre.
 - Il n'est pas nécessaire qu'elle soit totalement aseptisée.
 - Pas besoin de gants ni de désinfectant.
 - Vous pouvez faire le cathétérisme dans n'importe quelle salle de bain propre.
 - Il serait utile de disposer d'un comptoir propre.
- Sortez les fournitures dont vous aurez besoin et placez-les à portée de la main.
- Lavez-vous les mains soigneusement avec de l'eau et du savon, rincez et séchez. Il est préférable d'avoir les ongles courts et propres.
- Installez-vous pour être à l'aise; les cathétérismes peuvent être faits :
 - en position debout avec un pied sur un tabouret ou sur le rebord de la toilette **OU**
 - assis sur le siège ou le bout du siège de la toilette; **OU**
 - au lit avec appui.
- Si vous n'êtes pas circoncis, rétractez le prépuce.
 - Nettoyez le gland du pénis avec de l'eau et du savon.
 - Rincez avec de l'eau et tapotez pour sécher.
 - Vous pouvez aussi utiliser une lingette humide.
- Appliquez une quantité généreuse de lubrifiant hydrosoluble sur le bout du cathéter (sur environ 8 cm ou 3 pouces) ou utilisez un cathéter prélubrifié.

Comment insérer le cathéter?

- Avec la main non dominante (soit la main gauche pour les droitiers), tenez le pénis juste en dessous du gland.
- Tirez doucement et un peu vers le haut pour redresser l'urètre (tube qui traverse le pénis; voir le schéma *Vue de côté de la main gauche tenant le pénis et de la main droite insérant un cathéter*).
- Utilisant votre main dominante, insérez lentement le cathéter dans l'urètre (7 à 9 pouces (17,5 à 22,5 cm) ou jusqu'à ce que l'urine commence à s'écouler.

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



- Il peut y avoir une légère résistance au niveau du sphincter et de la prostate (voir le schéma *Vue de côté de la vessie, de la prostate et de l'urètre*).
- Il importe de respirer lentement et de relâcher les muscles.
- Poussez le cathéter sur une longueur d'environ 3 cm (environ un pouce) de plus pour vous assurer que le bout du cathéter est bien situé dans la vessie.

Que dois-je faire lorsque l'urine commence à s'écouler?

- Drainez l'urine dans une bouteille ou un bol, ou directement dans la toilette.
- Vous remarquerez peut-être qu'il est utile de « forcer » légèrement pour aider à vider la vessie.
- Remarquez la quantité d'urine évacuée.
- Lorsque l'urine cesse de s'écouler, retirez lentement le cathéter.
- De l'urine peut encore s'écouler à mesure que la vessie finit de se vider.
- Vous pouvez essuyer le pénis avec du papier hygiénique et replacer le prépuce.

À quelle fréquence devrai-je faire un CIP?

- La fréquence des mictions dépend de ce qui suit :
 - Le volume et le type de liquides que vous buvez.
 - La capacité réelle de votre vessie.
- Si vous buvez moins durant la soirée, vous aurez moins besoin d'aller aux toilettes pendant la nuit.
- Généralement, une sensation de vessie pleine vous indiquera le moment où vous devrez procéder au cathétérisme.
- Votre médecin vous indiquera à quelle fréquence vous devez effectuer un CIP.

Comment savoir quand effectuer un CIP?

- En général, si vous utilisez un cathéter pour vider votre vessie, vous ferez un CIP :
 - environ quatre ou cinq fois par jour;
 - environ toutes les quatre à six heures;
 - lorsque la vessie contient 400 à 500 ml (13 à 17 oz) d'urine.
 - Moins souvent si le volume d'urine par cathétérisme est inférieur à 200 ml (7 oz).
 - Plus souvent si votre capacité vésicale dépasse 600 ml (20 oz).
- Si vous n'êtes pas certain que votre vessie est pleine ou non, faites un cathétérisme.
- Bientôt, vous saurez reconnaître quand votre vessie est pleine.
- Avec le temps, vous établirez un horaire régulier.
- Un tableau où vous écrivez l'heure de vos mictions et le volume d'urine recueilli à chaque fois aidera votre médecin à faire les ajustements nécessaires à votre horaire (voir le schéma *Modèle d'horaire.*)

Comment le CIP affectera-t-il ma vie quotidienne?

- Vous pouvez poursuivre vos activités habituelles.
- Vous pouvez avoir des rapports sexuels, mais vous voudrez peut-être d'abord vider votre vessie.
- Vous devriez être en mesure d'aller à la selle régulièrement.
- Vous devriez être en mesure de prendre tous vos médicaments comme à l'habitude.

Quels sont les problèmes que je peux rencontrer avec le CIP?

- Si vous avez l'un des problèmes suivants, consultez votre médecin.
- Si vous avez de la difficulté à insérer le cathéter ou ne pouvez le faire sans douleur :
 - Vous devez peut-être utiliser plus de lubrifiant.
 - Il arrive que la présence de tissu cicatriciel dans l'urètre crée une résistance à l'insertion du cathéter.

Modèle d'horaire

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

- La présence de sang sur le cathéter ou dans l'urine évoque la possibilité d'une lésion au niveau de l'urètre ou de la vessie.
- La lésion pourrait être grave si les saignements sont :
 - continus
 - fréquents
 - très abondants
- Si vous avez une infection :
 - Vos mictions pourraient être douloureuses.
 - Vous ferez peut-être de la fièvre (plus de 38,5 °C ou 101 °F).
 - Vous ressentirez peut-être des frissons.
 - Vous pourriez transpirer plus que d'habitude.
- Si vous êtes incapable d'insérer le cathéter après plusieurs essais, présentez-vous sans tarder au service des urgences.

En bref

- Le CIP est une méthode sûre et efficace pour vider votre vessie si vous avez des difficultés à uriner.
- Après quelques semaines de pratique, l'insertion du cathéter devrait devenir de plus en plus facile.
- La plupart des hommes trouvent que le fait d'utiliser un cathéter a peu d'effet sur leur vie quotidienne.
- Dans bien des cas, le CIP améliore en fait la qualité de vie quotidienne.

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·e médecin qualifié·e. 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.

© 2023. Association des urologues du Canada. Tous droits réservés.

cua.org