

## À qui s'adresse-t-elle ?

### L'éducation thérapeutique

- ▶ s'adresse à toute personne atteinte d'une rétention chronique d'urines quel qu'en soit l'origine (neurologique, urologique, gynécologique) et qui nécessite la pratique de l'autosondage.

### 4 objectifs

### L'éducation thérapeutique

- ▶ Améliore la qualité de vie
- ▶ Diminue l'incontinence urinaire
- ▶ Évite les infections urinaires
- ▶ Protège les reins

### L'éducation thérapeutique

#### A pour but

- ▶ d'optimiser les connaissances du patient sur sa pathologie et le rationnel de la pratique de l'AS
- ▶ de le former à la gestion quotidienne de l'autosondage
- ▶ de le former à la mise en œuvre des manœuvres correctrices en fonction des résultats de l'AS ou de la survenue de complications.

## À qui et où s'adresser ?

### pour participer à des sessions d'éducation thérapeutique ?

- **Les séances d'éducation thérapeutique** vous sont proposées par l'équipe pluridisciplinaire (IDE, ergothérapeute, psychologue, médecin) du service de Neuro-Urologie et d'explorations périnéales du Pr Amarenco.

- **Les séances se déroulent dans le service de Neuro-Urologie**

- ▶ Elles sont individuelles
- ▶ Adaptées au handicap du patient
- ▶ Plusieurs séances peuvent être nécessaires.

- **Pour toute information**

[autosondage.jimdo.com](http://autosondage.jimdo.com)

#### Service de Neuro-Urologie et d'explorations périnéales

Hôpital Tenon  
4 Rue de la chine  
75020 Paris

#### Pour prendre rendez vous

Mail : [auto.sondage@tnn.aphp.fr](mailto:auto.sondage@tnn.aphp.fr)

☎ 01 56 01 70 40 ● Fax : 01 56 01 72 30

*qu'est ce que c'est ?*

**C'est une démarche de sensibilisation,  
d'information et d'apprentissage**  
qui vous est proposée afin de mieux comprendre

## l'autosondage (AS)

**agir au quotidien ● résoudre des problèmes  
face à des situations inhabituelles**

*Elle participe à l'amélioration  
de votre qualité de vie  
et renforce votre autonomie*

# Et en pratique ?

## L'éducation thérapeutique s'organise en 4 étapes

- 1 Définir vos besoins et vos attentes en fonction de cette nouvelle contrainte qu'est l'AS. Evaluer les capacités psychologiques, physiques, socio-professionnelles et environnementales de la réalisation de l'AS.

### le diagnostic éducatif

- 2 Un échange pour se mettre d'accord sur les compétences à acquérir et les activités à réaliser.

### le contrat d'éducation

- 3 Apprentissage des gestes techniques à réaliser. Mise en situation individuelle. Apprentissage de l'autogestion des incidents et accidents pouvant survenir lors de l'AS.

### les séances d'apprentissage

- 4 Un bilan régulier pour faire le point.

### l'évaluation

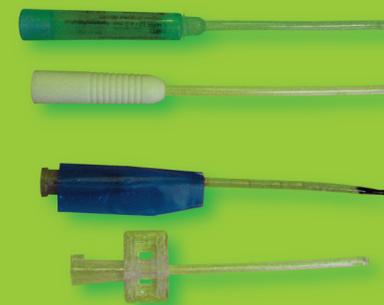
*" Ça a changé ma vie. Depuis que je me sonde, j'ai pu reprendre une vie sociale, faire mes courses, aller au cinéma... "*

*Monique, 62 ans*

*" Cela me faisait très peur mais finalement cela n'est pas si difficile. "*

*Antoine, 35 ans*

## Des temps d'éducation personnalisés



quelques exemples de compétences	comment
Connaître sa maladie et ses conséquences urinaires	Entretien avec l'équipe
Comprendre l'intérêt de traiter l'incontinence urinaire et la rétention	Documents, photos
Savoir manipuler une sonde vésicale et se sonder	Planches anatomiques 3D, miroir, lampe, orthèse
Connaître et reconnaître son anatomie urinaire et génitale	Document, photos, planches anatomiques 3D, miroir
Connaître et maîtriser les incidents (douleurs, saignements...)	Entretien avec l'équipe, fiche mémo
Connaître les situations à risque (signes d'infection, saignement...)	Fiche mémo
Apprendre à organiser les sondages au quotidien	Catalogue mictionnel, carnet de suivi, hotline.