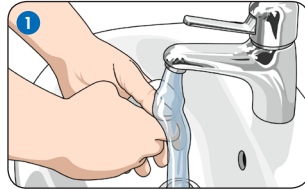
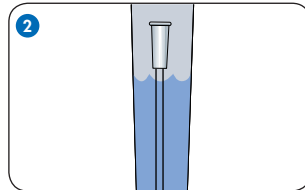


## INSTRUCTIE VOOR MANNEN

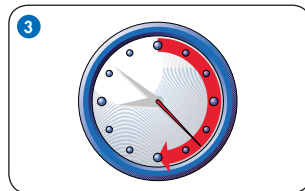
1. Was uw handen grondig met zeep en water. Probeer voordat u de katheterisatie start, indien mogelijk, eerst op de normale manier te plassen.



2. Activeer de LoFric katheter.



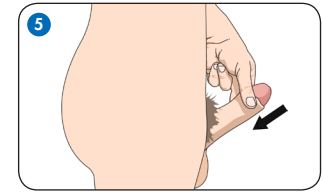
3. Wacht 30 seconden voordat u de katheter uit de verpakking neemt. Start zo snel als mogelijk met het inbrengen van de katheter.



4. Kies de voor u meest comfortabele houding. Start de katheterisatie.

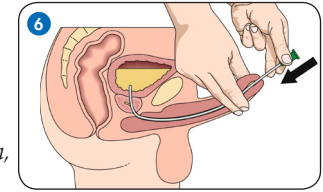


5. Trek, als u niet besneden bent, uw voorhuid zachtjes terug. Houd met uw ene hand de penis omhoog in de richting van uw buik. In deze positie is uw plasbuis gestrekt in de vorm van een U. Hierdoor is het makkelijker om de katheter naar uw blaas te geleiden.



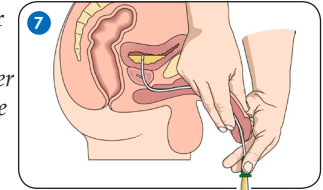
*Tip – Houd uw penis niet te stevig vast, want dan knijpt u de plasbuis dicht.*

6. Schuif de LoFric katheter in één vloeiende beweging door de opening van de plasbuis door tot in de blaas, totdat er urine begint te stromen.



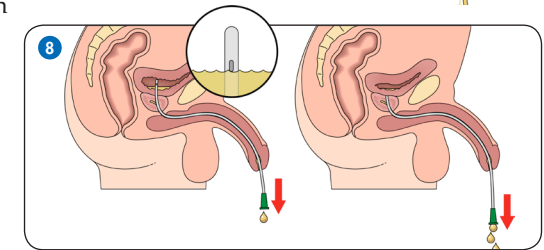
*Tip – om het inbrengen van de katheter te vergemakkelijken, kan het helpen om te hoesten of om te proberen te plassen.*

7. Richt uw penis en het gekleurde dopje van de katheter in de richting van het toilet of de opvangbak.

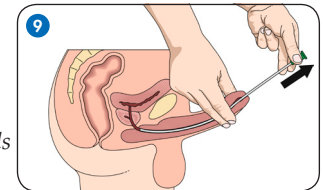


*Tip – Zodra de urine begint te lopen, probeer dan de katheter op dezelfde plaats te houden. Het kan wel even duren om de blaas helemaal leeg te plassen.*

8. Leeg uw blaas volledig. Voorkom urineweginfecties door er elke keer voor te zorgen dat u blaas volledig leeg is. Als de urine stopt te stromen, kan het zijn dat de oogjes van de katheter zich boven het urineniveau in uw blaas bevinden. Om er zeker van te zijn dat uw blaas volledig leeg is, verwijdert u de katheter langzaam/stapsgewijs en stopt daarmee als de urine opnieuw begint te stromen.



9. Houd uw penis weer in de richting van uw buik, als de blaas leeg is. Trek de katheter langzaam terug. *Tip – druk op of knik de katheter, zodat de laatste druppels in de katheter achter blijven.*



10. Beëindig de procedure door nog een keer uw handen te wassen.



*Voordat u LoFric® gebruikt, mag het niet op een stuk papier of op een doek gelegd worden. Deze materialen absorberen het water van het oppervlak van de katheter.*