



Cette fiche d'information, a été réalisée par trois sociétés savantes : l'Association Française d'Urologie (AFU), la Société Interdisciplinaire Francophone d'Urodynamique et de Pelvi-Périnéologie (SIFUD-PP) et le Groupe d'étude de Neuro-Urologie de langue Française (GENULF). Elle est destinée à l'information des patients et de leurs proches ainsi qu'aux usagers du système de santé.

Les raisons de l'acte que vous propose votre médecin, son déroulement, les conséquences habituelles et les risques fréquents ou graves normalement prévisibles sont exposées ici. Les conditions du suivi après examen ou intervention sont également précisées.

Ce document se veut un complément de l'information et des explications délivrées par votre médecin, pour vous apporter une aide dans la prise de décision partagée avec votre médecin.

Les Autosondages

Qu'est ce que l'autosondage ?	Le but de l'auto-sondage est d'assurer une vidange régulière de la vessie grâce à l'introduction par vous même d'une sonde par l'urèthre. Ils sont indiqués lorsque le mauvais fonctionnement de la vessie ne permet plus une évacuation naturelle des urines. Il convient alors de faire environ 4 à 6 autosondages par jour et de ne plus avoir de miction spontanée entre les sondages.
Pourquoi proposer les autosondages ?	L'objectif du changement de mode mictionnel (façon d'uriner) au profit des autosondages est de vider correctement et totalement votre vessie. Le fonctionnement de votre vessie a été évalué à travers les différents examens que votre médecin vous a fait pratiquer. Si vous ne videz pas dans sa totalité votre vessie ou bien si votre vessie est obligée de trop travailler pour se vider, il existe des risques importants d'infection urinaire, d'altération rénale voire d'insuffisance rénale. Rapidement vous pouvez avoir des complications graves liées à ses nouveaux problèmes urinaires. Il n'existe pas de traitement médicamenteux pour vider votre vessie correctement , le seul moyen pour prévenir ces complications est la réalisation des autosondages. Les autosondages peuvent être associés à la prise de médicaments pour calmer la vessie ; en effet les sondages permettent de bien vider la vessie, mais dans certains cas la vessie travaille de façon anarchique et désorganisée responsable de fuites. Pour ne pas avoir de fuites entre les sondages des médicaments peuvent vous être proposés. Les autosondages vont permettre d'améliorer votre qualité de vie et de vous protéger contre les complications urinaires.
Comment apprendre les autosondages ?	Lors d'une courte hospitalisation, la technique des autosondages va vous être enseignée. Au cours de cette éducation thérapeutique vous apprendrez l'anatomie de votre périnée, la technique du sondage. Vous apprendrez à vous sonder en position assise et en position couchée afin que vous puissiez vous sonder n'importe où, même en dehors de chez vous : dans des toilettes publics, au travail, chez des amis... Vous essayerez plusieurs types de sondes afin de trouver celle qui vous convient le mieux. Le but est que vous sachiez vous sonder seul, dans n'importe quel endroit où vous irez, à l'aide du type de sonde que vous aurez choisi.
Est-ce que les autosondages font mal ?	Non : la technique des autosondages s'apprend facilement et est indolore grâce aux évolutions des matériels de sondage. Lors de l'apprentissage, on vous montrera toute la palette des sondes disponibles et on vous guidera dans le choix du matériel le plus adapté à votre cas.
Quels sont les risques des autosondages ?	Le fait d'avoir une vessie qui ne se vide pas bien expose automatiquement à une plus grande concentration de bactéries dans votre vessie par rapport aux personnes qui ont une vessie qui se vide normalement. Cette présence de bactéries vous expose, plus que la population normale, à faire des infections urinaires (avec symptômes ou de la fièvre). Les auto-sondages permettent de faire en sorte que ces épisodes d'infections urinaires graves soient considérablement diminués. En revanche, vous aurez toujours des germes présents dans les urines, mais ils ne resteront pas suffisamment longtemps dans la vessie pour entraîner des symptômes mettant votre santé en jeu.