

## ECBU

### *Comment bien prélever ses urines ?*

Le recueil de l'urine est une étape primordiale qui conditionne la qualité des résultats de l'examen. Il doit donc être fait dans des conditions d'asepsie rigoureuse.

Bien que ce prélèvement puisse avoir lieu au laboratoire (c'est le cas pour le nourrisson), vous devez le plus souvent le réaliser vous-même, à votre domicile.

Il est préférable de recueillir l'urine le matin.

### *Les gestes d'hygiène indispensables*

Les bactéries présentes sur la peau ou les muqueuses (notamment les muqueuses anales ou vaginales) peuvent contaminer l'urine. Avant le prélèvement, lavez-vous les mains soigneusement avec du savon et de l'eau, rincez-les bien puis essuyez-les avec un linge propre ou un essuie-main à usage unique. Vous pouvez également vous frictionner les mains avec un produit hydro alcoolique.

### *Chez la femme*

1. écartez les grandes et petites lèvres avec une main ;
2. lavez la vulve avec de l'eau et du savon doux par un seul mouvement, d'avant en arrière ;
3. rincez bien à l'eau et appliquez un antiseptique (toujours d'un seul geste, d'avant en arrière) à l'aide d'une compresse stérile.

En cas de pertes vaginales, mettez une protection vaginale (tampon ou compresse) afin que les sécrétions ne contaminent pas l'urine lors du recueil.

### *Chez l'homme*

La toilette du périnée s'effectue avec soin avec de l'eau et du savon. Lavez-bien le pénis et le gland en découvrant entièrement ce dernier (c'est à dire en le décalottant) si vous n'êtes pas circoncis. Rincez bien puis appliquez un antiseptique (du haut vers le bas) sur l'extrémité du pénis à l'aide d'une compresse stérile.

### *Le recueil des urines*

La méthode de recueil la plus fréquemment utilisée est celle du "milieu de jet" ; elle permet d'éliminer le premier jet (20 ml d'urine environ) pour recueillir les 20-30 ml suivants dans le flacon stérile :

1. Placez-vous au-dessus des toilettes sans vous asseoir sur la cuvette.
2. Ouvrez le flacon stérile. Posez le couvercle en orientant la face interne vers le haut, sans en toucher l'intérieur. Ne touchez pas l'intérieur du pot.
3. Éliminez le premier jet d'urine dans les toilettes.
4. Urinez directement dans le pot que vous tenez sans toucher le bord supérieur. Remplissez-le à moitié. Si vous êtes un homme, urinez en relevant votre prépuce.
5. Terminez d'uriner dans les toilettes.
6. Refermez le pot avec le couvercle.
7. Lavez-vous les mains.
8. Inscrivez vos nom et prénom ainsi que la date et l'heure du recueil sur le pot.
9. Apportez votre prélèvement le plus vite possible au laboratoire, muni de votre carte vitale et de votre prescription médicale.