

Muestra de orina - Mujer (no contaminada)

Urine Sample – Female (Clean Catch)

This test is done to check for bladder or urinary tract infections. The best time to get a urine sample is when the urine has been in your bladder for at least two to three hours. We suggest that you get the sample when you first wake up in the morning.

Se hace esta prueba para detectar infecciones vesicales o urinarias. El mejor momento para obtener una muestra de orina es cuando la orina ha estado en la vejiga durante dos o tres horas como mínimo. Le sugerimos que tome la muestra al despertarse en la mañana.

Follow These Steps

1. Wash your hands with soap and water. Dry your hands well.

2. Get the urine sample kit. The kit has a cup with a lid and a packet of wipes.

3. Spread a clean paper or cloth towel out on a counter or surface you can reach from the toilet.

4. Open the wipes and place them on the towel.

5. Take the lid off of the cup. Put the lid flat side down on the towel. Do not touch the inside of the cup or lid.

Siga estos pasos

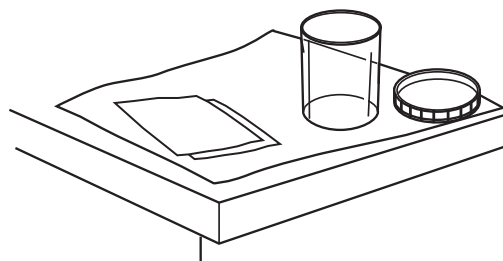
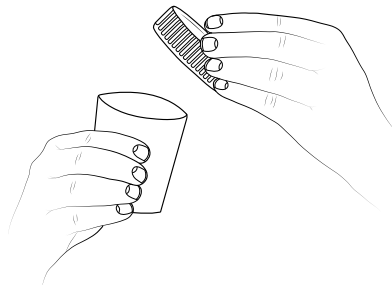
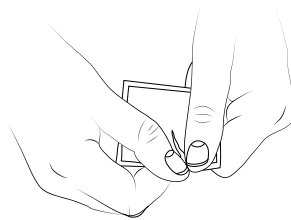
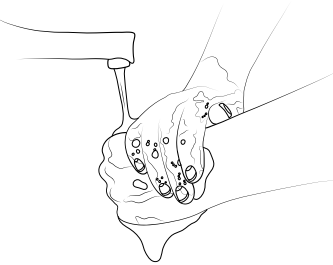
1. Lávese las manos con agua y jabón. Séquese bien las manos.

2. Consiga un kit para muestra de orina. El kit tiene un vaso con tapa y un paquete de toallitas.

3. Extienda una toalla de papel o de tela limpia sobre una encimera o superficie que pueda alcanzar desde el inodoro.

4. Abra las toallitas y colóquelas sobre la toalla.

5. Saque la tapa del vaso. Coloque el lado plano de la tapa hacia abajo sobre la toalla. No toque el interior del vaso ni de la tapa.



6. Sit on the toilet and spread your legs apart. Use two fingers on one hand to spread open your labia. The labia are the folds of skin on each side of your vagina. Hold the labia open until you get the urine sample.

6. Siéntese en el inodoro y separe las piernas. Use dos dedos de una mano para abrir los labios vulvares. Estos son los pliegues de piel a cada lado de la vagina. Mantenga los labios vulvares abiertos hasta que obtenga la muestra de orina.

7. With your other hand, use the wipes to clean your labia.

- With the **first wipe**, wipe from front to back of inner labial folds in one stroke. Throw away the wipe in the trash.
- Use the **second wipe** to clean in the middle over the opening to your urethra. This is where your urine comes out. It is just above the opening to your vagina. Throw away wipe in the trash.



7. Con la otra mano, use las toallitas para limpiar los labios vulvares.

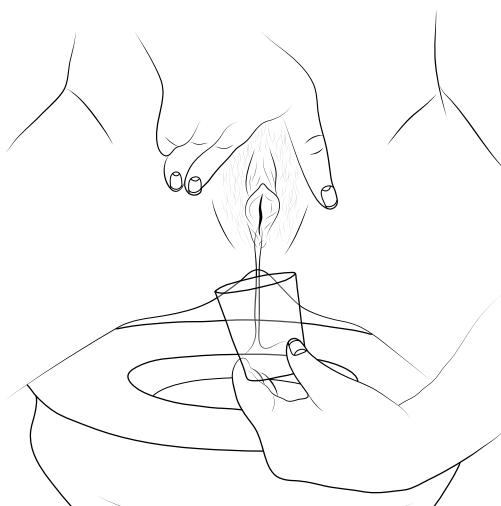
- Con la **primera toallita**, limpie desde la parte delantera hasta la trasera de los pliegues labiales vulvares internos de una pasada. Tire la toallita a la basura.
- Utilice la **segunda toallita** para limpiar en el centro sobre el orificio de la uretra. Por allí sale la orina. Está justo encima de la abertura de la vagina. Tire la toallita a la basura.

8. Urinate a small amount into the toilet, and then stop the flow.



8. Orine una pequeña cantidad en el inodoro y luego detenga el flujo.

9. Hold the urine cup a few inches from your urethra. Urinate into the cup until it is about half full. Stop the flow. Let go of your labia, and if needed, finish urinating into the toilet (not the cup).



9. Sujete el vaso de orina a unos centímetros de la uretra. Orine en el vaso hasta que se llene a la mitad. Deje de orinar. Suelte los labios vulvares y, si es necesario, termine de orinar en el inodoro (no en el vaso).

10. Put the lid tightly on the cup. Be careful not to touch the inside of the cup or lid.



10. Coloque y cierre bien la tapa del vaso. Tenga cuidado de no tocar el interior del vaso ni de la tapa.

11. Wash your hands with soap and water.

11. Lávese las manos con agua y jabón.

- 12. If you are in the hospital**, call the nurse to take the fresh specimen. Do not allow the sample to sit in the room.

- 12. Si está en el hospital**, llame al personal de enfermería para que se lleve la muestra que está fresca. No permita que la muestra permanezca en la habitación.

If you are at home, put the cup in a plastic bag and put the bag in the refrigerator to keep the sample fresh. Take the sample with you when you go to the laboratory or doctor's office, as directed.

Si está en casa, ponga el vaso en una bolsa de plástico y meta la bolsa en el refrigerador para mantener la muestra fresca. Lleve la muestra con usted cuando vaya al laboratorio o a la consulta del médico, según las indicaciones.

Test results are sent to your doctor. Your doctor will share the results with you.

Los resultados de la prueba se le envían al médico. El médico los analizará con usted.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

Hable con el médico o con el personal de enfermería si tiene alguna pregunta o inquietud.