



## Leefregels na het plaatsen van een blaaskatheter

### Urologie

#### Inleiding

In overleg is besloten om een katheter te plaatsen in de blaas. In deze folder geven wij informatie over het inbrengen van deze katheter en over de verzorging ervan. De verpleegkundige heeft uitleg gegeven over het gebruik van de katheter. In deze folder staat informatie over het omgaan met de katheter. Zo kun je thuis alles nog eens rustig nalezen.

#### Wat is een katheter?

Een blaaskatheter is een dun slangetje dat via de plasbuis in de blaas wordt gebracht. Aan het uiteinde van de katheter zit een ballonnetje dat gevuld wordt met water. Dit gevulde ballonnetje voorkomt dat de katheter uit de blaas glijdt. De katheter is aangesloten op een urineopvangzak. Dit zorgt ervoor dat de urine vanuit de blaas kan aflopen naar een opvangzak.

In het ziekenhuis heb je een (blaas)katheter gekregen en nu kun je jouw dagelijkse activiteiten langzaam maar zeker weer hervatten.

#### De dagelijkse verzorging van een katheter

Verzorg de katheter dagelijks. Om risico op infectie zoveel mogelijk te beperken, is het belangrijk dat je hygiënisch te werk gaat. Was voor en na iedere handeling met de katheter je handen. Je mag douchen, niet baden.

Was dagelijks de omgeving rond de plasbuis met water of een huid-pH neutrale was lotion (niet wassen met zeep). Indien veel afscheiding langs de katheter komt raden wij aan dit vaker te doen. De afscheiding ontstaat door irritatie van het slijmvlies van de plasbuis en heeft in principe niets met persoonlijke hygiëne te maken.

- Voor mannen is het van belang dat tenminste eenmaal daags de voorhuid goed terug geschoven wordt om de eikel goed te reinigen, evenals de katheter zelf. Denk eraan dat na de handeling de voorhuid weer wordt terug geschoven.
- Vrouwen reinigen tenminste eenmaal daags de geslachtsdelen zorgvuldig, evenals de katheter zelf.

#### De urine opvangzakken

Het is noodzakelijk dat een urine opvangzak is aangesloten op de katheter. Er zijn verschillende zakken, voor overdag en voor 's nachts.

#### Overdag

Overdag heb je een kleine opvangzak aan de katheter. Deze opvangzak wordt een beenzak genoemd. Deze beenzak wordt op het boven- of onderbeen vastgezet met twee klittenbanden om uw been of met een elastische kous waar de beenzak tussen zit. Je kunt je hiermee vrij bewegen. De beenzak heeft een beperkte inhoud. Je moet de zak daarom overdag regelmatig legen via het aftapkraantje onderaan de zak. Je kunt dit gewoon boven het toilet doen. Controleer altijd of het aftapkraantje dicht zit. Bovendien moet de slang zo liggen dat de urine soepel kan aflopen. Voorkom daarom een knik in de slang.

#### 's Nachts

Voor de nacht kun je een grote urineopvangzak, met een inhoud van twee liter, aan de beenzak vastmaken. Je sluit de slang van deze nachtzak op de onderzijde (aftapkraantje) van de beenzak. Open het aftapkraantje van de beenzak, zodat de urine door kan stromen naar de nachtzak. De beenzak blijft dus 's nachts aan de katheter zitten. Je kunt dan wel de beenbanden losmaken van de beenzak. De nachtzak kan met een rekje aan de bedrand worden opgehangen. Als dat niet mogelijk is, kunt je de nachtzak in een emmer naast het bed zetten. De urineopvangzakken moeten altijd lager hangen/licgen dan de blaas

Doe 's morgens het aftapkraantje van de beenzak dicht en koppel de nachtzak af. Leeg de nachtzak in het toilet. In het starterspakket zit een klein trechtertje om de nachtzak door te spoelen. Spoel deze door met lauwwarm water (eventueel met een beetje azijn). Doe vervolgens het beschermdopje weer op het aansluitstuk. Hierna kan je de nachtzak laten drogen op een schone plek. Je kunt het beschermdopje er eventueel weer opzetten.



## Het verwisselen van de opvangzakken

Hieronder leggen we het verwisselen van de opvangzakken (beenopvangzak en nachtzak) stapsgewijs uit. Het is belangrijk dat je vóór en na het werken met de opvangzak goed je handen wast!

### Verwisselen beenopvangzak

- Leg de nieuwe beenopvangzak klaar;
- Was je handen;
- Knijp het uiteinde van de katheter dicht met je duim en wijsvinger. Met de andere hand pakt je het aansluitpunt van de beenopvangzak vast;
- Nu maakt je een heen en weer draaiende beweging met de hand waarmee je het aansluitpunt van de beenopvangzak vast heeft. De beenopvangzak komt los van de katheter;
- Verwijder het afsluitdopje van de nieuwe beenopvangzak;
- Je kunt nu de nieuwe beenopvangzak op de katheter aansluiten. Dit doe je door het aansluitpunt van de nieuwe beenopvangzak stevig in het uiteinde van de katheter te drukken;
- Was je handen.

### De nachtzak aansluiten

- Leg de nachtzak klaar;
- Was je handen;
- Verwijder het afsluitdopje van de nachtzak;
- Je sluit de nachtzak aan op het uiteinde van de beenzak. Dit doe je door het aansluitpunt van de nachtzak stevig in het uiteinde van de beenopvangzak te drukken;
- Vervolgens zet je het aftapkraantje van de beenopvangzak open zodat de urine naar de nachtzak kan lopen;
- Was je handen.
- Hang de nachtzak met het rekje aan het bed, of leg deze in een emmer naast het bed;

### De nachtzak verwijderen

- Was uw handen;
- Doe de klittenbanden / elastische kous weer om je heen;
- Zet het aftapkraantje van de beenopvangzak dicht;
- Pakt het aansluitpunt van de nachtzak in je ene hand vast en het uiteinde van de beenopvangzak in je andere hand;
- Nu maakt je een heen en weer draaiende beweging met de hand waarmee je het aansluitstuk van de nachtzak vast hebt. De nachtzak komt los van de beenopvangzak;
- Leeg de nachtzak na het loskoppelen in het toilet en spoel met leidingwater de nachtzak door en hang deze op een schone plek neer totdat deze weer opnieuw wordt aangesloten. Zorg ervoor dat de aansluitpunt van de nachtzak schoon blijft. Je kunt het beschermdopje er eventueel weer opzetten.
- Was je handen.

## Belangrijk!

- In het startpakket zitten ook instructiefolders met foto's waarop informatie in beeld gebracht is.
- De katheter moet de urine altijd goed af kunnen voeren. Dit betekent dat de opvangzak altijd lager moet hangen dan de katheter.
- Het afknikken van de katheter of opvangzak moet worden voorkomen.
- De opvangzakken mag je **maximaal 1 week** gebruiken. Wanneer de urine bloederig of vies is, verwissel je de zakken eerder. Als de zakken bijna op zijn, bel dan de leverancier van de zakken (het starterspakket bevat telefoonnummers).
- Voor een goede doorstroming van de urine moet je 1,5-2 liter per dag drinken, dit zijn 6 tot 10 glazen.

## Verpleegkundige hulp

Als je zelf niet in staat bent om de katheter te verzorgen, kan deze zorg eventueel aan je partner of een naaste aangeleerd worden. Als dit niet mogelijk is, wordt er thuiszorg ingeschakeld. Deze zal dan dagelijks bij je langs komen om de katheter te verzorgen totdat je dit zelf kunt.

De katheter kan in principe 12 weken blijven zitten. De katheter wordt, indien nodig, gewisseld door de thuiszorg.



## Wanneer neem je contact op

Heb je de **eerste 2 weken na ontslag** uit het ziekenhuis een of meer van de onderstaande klachten, neem dan contact op met:

- het secretariaat van de polikliniek Urologie, telefoon (053) 4 87 22 60 (tijdens kantooruren);
- de Spoedeisende Hulp, telefoon (053) 4 87 33 33 (buiten kantooruren).

## Klachten

Bij één of meer van onderstaande klachten neem dan contact op met de polikliniek urologie of indien van toepassing de verpleegkundige van de thuiszorg. Zij kunnen eventueel contact opnemen met het ziekenhuis.

- Koorts boven de 38,5 graden
- Aanhoudende pijn
- Geen urineproductie gedurende 2-3 uur en hebt u alle controles uitgevoerd
- Bloed in de urine die niet verdwijnt na extra drinken
- Geen heldere urine welke onprettig ruikt of niet verdwijnt na extra drinken
- Blijvende urinelekkage

## Klachten die kunnen optreden bij een katheter

- Er komt geen urine in de urineopvangzak. Controleer of de slang niet geknikt is. Indien dit niet het geval is kan het zijn dat de katheter verstopt is ten gevolge van gruis of een bloedstolsel.
- Een bloeding in de blaas: Als je enige tijd een katheter hebt, kan deze irritatie geven aan uw blaas en een spontane bloeding veroorzaken. Ook kun je een bloeding krijgen bij het inbrengen van de katheter. Deze bloeding stopt meestal vanzelf. Bloederige stroperige urine met stolsels is niet de bedoeling (roze-kleurige urine is acceptabel).
- Urinelekkage langs de katheter:
  - Controleer of uit de katheter nog urine komt en of de katheter of katheterzakslang niet ergens is geknikt of afgesnoerd. Als er geen urine meer in de katheterzak komt, is de katheter mogelijk verstopt.
  - Als de katheter wel loopt, kun je last hebben van blaaskrampen. Dit wordt veroorzaakt door de katheter die normaal niet in het lichaam thuis hoort. De blaas probeert het slangetje "uit te plassen". De blaaskrampen zijn te herkennen aan pijn in de onderbuik, soms uitstralend naar het topje van de penis of schaamstreek, je kunt aandrang hebben om naar het toilet te gaan en je kunt last hebben van urinelekkage langs de katheter. Hier kun je medicijnen voor krijgen.
- De katheter ligt eruit.
- Een blaasontsteking: Met een verblijfskatheter heb je eigenlijk altijd een blaasontsteking. Je hoeft de urine dus niet te laten onderzoeken, tenzij: je troebele of bloederige urine heeft met een pijnlijk gevoel in uw onderbuik en (eventueel) ook koorts.

Bij 1 of meer van bovenstaande problemen kun je contact opnemen met de verpleegkundige van de thuiszorg of de polikliniek Urologie. Na deze 2 weken, of bij overige klachten kun je contact opnemen met de huisarts.

## Belangrijke telefoonnummers / contactgegevens

- Polikliniek Urologie, route H41, telefoon (053) 4 87 22 60

## Tenslotte

Je hebt recht op juiste en volledige informatie over het onderzoek. Pas als je voldoende inzicht hebt, kun jij weloverwogen toestemming geven voor een bepaald onderzoek. Als iets niet duidelijk is, vraag dan je behandelend arts om meer uitleg.

De medewerkers Urologie wensen jou een spoedig herstel.