

Zelfkatheterisatie voor vrouwen

U gaat zelf katheteriseren. Dat kunt u op verschillende manieren doen. Probeer uit welke houding u zelf het meest prettig vindt. Installeer u hiervoor goed in bed, (rol)stoel of op het (invalide)toilet. Soms is het handig om in het begin op bed te oefenen, of een steuntje in de rug te hebben als u staand katheteriseert, bijvoorbeeld tegen een muur. Ook kan een spiegeltje handig zijn, om de ingang van de plasbuis beter te kunnen zien.

Het stappenplan

1. Zet alle spullen binnen handbereik.
2. Afhankelijk van de katheter die u gebruikt, maakt u deze gebruiksklaar. Zie de instructiefolder van de leverancier. Daarna plaatst u de katheter binnenhandbereik.
3. Was uw handen goed met water en zeep. Vergeet uw duim niet!
4. Als u nog spontaan kunt - en mag - plassen, probeert u eerst op de gewone manier te plassen.
5. Installeer u goed in bed, (rol)stoel of (invalide)toilet:
 - in bed: halfzittend met een iets gekanteld bekken;

- op toilet: zittend of staand;
 - in rolstoel: afhankelijk wat mogelijk is.
6. Reinig het gebied rondom de plasbuis van vóór naar achter, richting anus. Niet terug vegen.
 7. Reinig eerst de schaamlippen en daarna het gebied rondom de plasbuis.
 8. Spreid met de hand waarmee u niet katheteriseert de schaamlippen goed en trek ze iets omhoog.
 9. Gebruik eventueel in het begin een spiegel, om de opening van de plasbuis te kunnen vinden.
 10. Pak met de andere hand de katheter halverwege vast of pak deze vast bij de inbrenghuls/ inbrengstukje. Eventueel kunt u de katheter dicht knijpen of de duim op het uiteinde plaatsen. De urine kan dan nog niet weglopen.
 11. Buig de katheter met de opening richting toilet, zodat de urine rechtstreeks in het toilet kan lopen.
 12. Soms zijn extra hulpmiddelen of speciale katheters nodig om het katheteriseren toe te kunnen passen en de urine op een makkelijke manier op te kunnen vangen. Bijvoorbeeld als u in bed of in de rolstoel moet gaan katheteriseren. De (continentie)verpleegkundige bespreekt dit met u en oefent met u ook het gebruik van deze hulpmiddelen.

13. Als de urine-afvloed stopt, trekt u de katheter een stukje terug. Meestal komt er dan nog wat urine.

14. De katheter kunt u in de afvalbak doen.

15. Was uw handen.

Contactgegevens

De polikliniek Urologie is bereikbaar:

- van maandag tot en met vrijdag
- van 08.00 tot 16.30 uur
- via telefoonnummer (070) 210 6482

Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, stel ze dan gerust aan uw uroloog.

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

248101092023