

Zelfkatheterisatie (leegmaken van de blaas met een katheter)

U kunt na uw bevalling niet goed uitplassen. Meestal gaat dit binnen enkele dagen vanzelf over. Samen met de verloskundige of gynaecoloog heeft u afgesproken dat u zelf gaat katheteriseren. Hieronder leest u wat zelfkatheterisatie is, waarom het nodig is en hoe u zelfkatheterisatie uitvoert.

Wat is zelfkatheterisatie?

Zelfkatheterisatie is het leegmaken van de blaas met een katheter. Een katheter is een dun kunststof slangetje dat via de plasbuis in de blaas wordt gebracht. Via dit slangetje kunt u uw blaas eenvoudig leegmaken.

Zelfkatheterisatie is nodig als u niet kunt plassen of als er na het plassen te veel urine in uw blaas achterblijft. De urine die na het plassen in de blaas achterblijft wordt het residu genoemd. Klachten die kunnen passen bij een te groot residu zijn: kleine hoeveelheden plassen of vaak sterke aandrang voelen om te plassen. Als er teveel urine in de blaas achterblijft kunnen blaasontstekingen, incontinentie (urineverlies) of zelfs nierproblemen ontstaan.

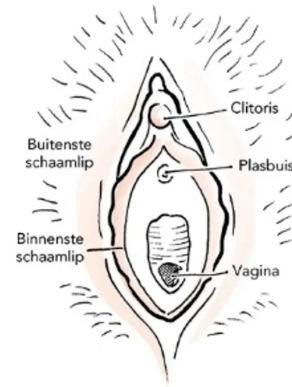
Waarom lukt het urineren niet goed?

Er zijn verschillende redenen waarom goed uitplassen soms niet lukt. Bijvoorbeeld omdat na een bevalling de omgeving van de plasbuis gezwollen is of omdat de blaas overrekt is geweest. Een andere reden kan zijn dat de zenuwen verdoofd zijn geweest bij een ruggenprik. Meestal duren de klachten enkele uren tot soms een paar dagen en kunt u daarna weer normaal plassen.

Hoe gaat zelfkatheterisatie?

1. Probeer eerst zelf op de normale manier te plassen en de urine op te vangen, bijvoorbeeld in een maatbeker.
2. Zet alle benodigdheden voor de katheterisatie klaar: maatbeker, katheter, natte gazen (of washandje).
3. Was uw handen met water en zeep
4. Installeer u goed in bed of toilet.
5. Was het gebied rondom de plasbuis met water en natte gazen, van de voorkant richting de anus (niet terug vegen).
6. Spreid met de hand waarmee u niet katheteriseert de schaamlippen.
7. Met de andere hand brengt u de katheter in de plasbuis, gebruik hiervoor eventueel een spiegel.

8. Buig de katheter richting de maatbeker zodat de urine kan aflopen.
9. Verwijder de katheter zodra er geen urine meer uitkomt.
10. De gebruikte katheter moet u weggooien.
11. Bekijk hoeveel urine er in de maatbeker zit.
12. Was de handen opnieuw met water en zeep.



Houdingen

In bed:

halfzittend met iets gekanteld bekken (zie tekening 1)

Op toilet:

zittend of staand (zie tekening 2 t/m 4)



Scan om het youtube filmpje te bekijken.

<https://www.youtube.com/watch?v=1a5K64XSgHA>

Hoe vaak moet ik zelf katheteriseren?

U probeert eerst op de gewone manier (op het toilet) te plassen. Vang de plas in een maatbeker op. Na het plassen katheteriseert u zichzelf. De tijd tussen twee plasmomenten mag niet langer dan 6 uur zijn.

Wanneer u wel aandrang voelt om te plassen, maar spontane mictie niet lukt dan katheteriseert u zichzelf. Katheteriseer 4 tot 6 keer per dag.

Ook wanneer u geen aandrang voelt om te plassen, katheteriseert u zichzelf 4 tot 6 keer per dag. Per keer mag de hoeveelheid opgevangen urine niet meer zijn dan 500 ml. zijn. Is dit toch het geval, dan dient u vaker te katheteriseren.

U mag stoppen met zelfkatheterisatie als u meer dan 250 ml kunt plassen én de hoeveelheid achtergebleven urine (residu) is minder dan 250 ml.

Vul het onderstaande schema in voor elke plas en zelfkatheterisatie.

Wanneer moet ik contact opnemen?

Zelfkatheterisatie kan soms leiden tot een blaasontsteking. Bel het onderstaande telefoonnummer bij de volgende klachten:

- Vaak plassen
- Veel aandrang om te plassen
- Temperatuur boven 38 graden
- Pijn bij het plassen
- Troebele urine of bloed bij de urine
- Andere redenen om contact op te nemen kunnen zijn
- Pijn bij het inbrengen van de katheter
- Moeite met het inbrengen van de katheter
- Het katheteriseren lukt niet

Hoe gaat het verder?

Na 4 dagen wordt u gebeld door onze klinisch verloskundige. Zij vraagt hoe het gaat met het plassen en het katheteriseren. Afhankelijk van het gesprek kunnen vervolgspraken gemaakt worden.

Heeft u nog vragen?

Als u vragen of problemen heeft, kunt u altijd (ook in de avond, nacht of in het weekend) contact opnemen met de afdeling verloskunde van het HagaZiekenhuis Zoetermeer, telefoonnummer 079-3462145.

Datum	Tijd	Spontaan plassen (ja/nee)	Indien ja: hoeveelheid in ml	Residu na katheteriseren in ml

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.

563411102023