

Zelfkatheterisatie

HET VAN WEEL-BETHESDA ZIEKENHUIS IS ONDERDEEL VAN

CURAMARE

zorg met hart en ziel

In deze folder geeft Het Van Weel Bethesda Ziekenhuis u algemene informatie over zelfkatheterisatie. Wij adviseren u deze informatie goed te lezen. Aanvullingen op deze informatie worden door uw behandelend arts aan u verteld.

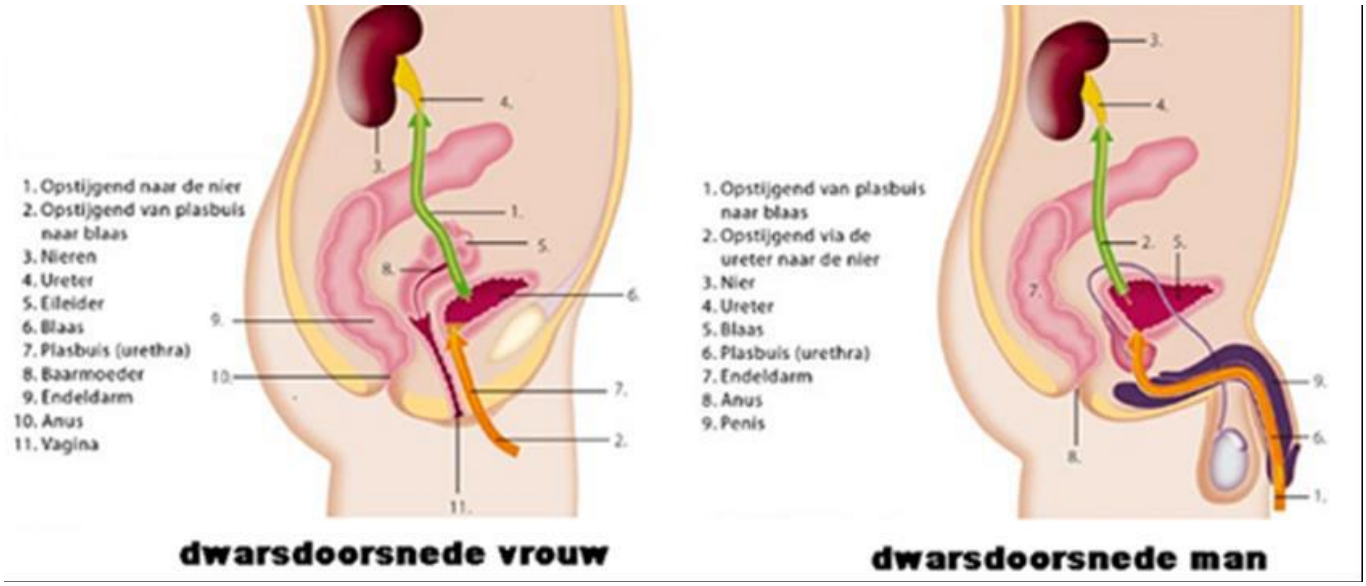
Wat is zelfkatheterisatie?

Zelfkatheterisatie is het zelf leegmaken van de blaas met hulp van een katheter. Het is nodig als u uw blaas niet meer zelf kunt leegplassen of niet meer volledig kunt leegplassen. Een katheter is een dun plastic slangetje dat hier speciaal voor is gemaakt.

De werking van de urinewegen

Het is belangrijk dat u weet hoe de blaas en de rest van het urinewegstelsel werkt, om goed te begrijpen waarom u moet gaan katheteriseren.
Het urinewegstelsel bestaat uit de nieren, de urineleiders, de blaas en de plasbuis. De nieren zorgen ervoor dat het overtollige water en de in het bloed aanwezige afvalstoffen worden verwijderd. Deze worden in de vorm van urine via de urineleiders afgevoerd naar de blaas. De blaas heeft een opslagfunctie en geeft, als deze vol is, een seintje aan de hersenen wat we herkennen als aandrang om te plassen. Normaal gesproken trekt de blaas dan samen en ontspannen de sluitspier en bekkenbodemspieren zich, waarna de blaas in zijn geheel leegt.

Op onderstaande tekeningen kunt u zien dat er een groot verschil in de lengte van de plasbuis tussen man en vrouw. De plasbuis van de man is gemiddeld 20 centimeter lang, van de vrouw gemiddeld zo'n 4 centimeter. Dit betekent dat een katheter voor de man langer is dan voor een vrouw. Een katheter voor de man is ongeveer 40 centimeter en voor de vrouw kan deze variëren van 7-20 centimeter.



Impact

Zelfkatheterisatie kan een grote impact hebben op uw leven. Het is belangrijk dat u tijdens uw bezoek aan de verpleegkundige uw vragen en twijfels bespreekt.
U moet de handeling aanleren en leren inplannen in uw dagelijks leven. In het begin kost de handeling wat meer tijd.
Naarmate u meer ervaren wordt, merkt u dat u uiteindelijk ongeveer net zoveel tijd kwijt bent met naar het toilet gaan, als voorheen.

Hoe vaak katheteriseren?

Het aantal keren per dag dat u moet katheteriseren is afhankelijk van uw aandoening. De verpleegkundige bespreekt dit met u.

Schema

Residu is de hoeveelheid urine die achterblijft in de blaas
100 ml residu: 1 x per dag liefst voor de nacht
200 ml residu: 2 x per dag ’s ochtends en voor de nacht
300 ml residu: 3 x per dag ’s ochtends, midden op de dag en voor de nacht
400 ml residu: 4 x per dag verspreid over de dag vanaf opstaan.

Kunt u helemaal niet meer zelf plassen, dan katheteriseert u 5 tot 6 keer per 24 uur. Er mag niet meer dan 500 ml urine uit de blaas komen per keer dat u zelf katheteriseert. U bespreekt samen met de verpleegkundige hoe vaak u zelf katheteriseert.

Waar?

Katheteriseren kunt u in principe overal waar u enige privacy heeft. Dit kan zijn thuis, bij familie en vrienden of op het toilet in openbare gelegenheden. Vooral invalidentoiletten zijn hiervoor uitermate geschikt.

Werkwijze vrouwen

1. Was uw handen met water en zeep.
2. Pak de katheter en maak/leg deze klaar voor gebruik.
3. Spreid de grote en kleine schaamlippen en reinig het gebied met een nat doekje door een paar keer van voren naar achteren (richting anus) te strijken.
4. De bovenste opening is de plasbuis.
5. Spreid de schaamlippen en breng de katheter in.
6. Houd het uiteinde van de katheter boven het toilet of de opvangbeker en laat de urine aflopen.
7. Trek de katheter langzaam terug.
8. Was uw handen met water en zeep.

Werkwijze mannen

1. Was uw handen met water en zeep.
2. Pak de katheter en maak/leg deze klaar voor gebruik.
3. Schuif de voorhuid voorzichtig naar achteren en reinig de eikel met een nat washandje.
4. Houd de penis omhoog richting uw buik. Breng de katheter in.
5. Houd het uiteinde van de katheter boven het toilet of de opvangbeker en laat de urine aflopen.
6. Trek de katheter langzaam terug. Houd de katheter hierbij omhoog. Schuif de voorhuid terug.
7. Was uw handen met water en zeep.

Veel gestelde vragen

Hoeveel moet ik drinken?

Het is aan te bevelen om ongeveer 1½ tot 2 liter per dag te drinken. Als er een vochtbeperking door uw arts is aanbevolen dan moet u zich daar aan houden.

Gaan seks en katheterisatie samen?

Zelfkatheterisatie hoeft seksueel verkeer niet in de weg te staan. In het algemeen kunt u de blaas het beste vóór seksueel verkeer legen.

Kom ik er ooit vanaf?

Soms is zelfkatheterisatie een tijdelijke oplossing en blijkt de blaasfunctie zich spontaan te herstellen. Dit kunt u zien, doordat u steeds minder urine aftapt. In dat geval zou het aantal handelingen afgebouwd kunnen worden of eventueel gestopt, bespreek dit met uw arts of verpleegkundige. Bij sommige aandoeningen is geen spontaan herstel mogelijk. Dan zult u zelfkatheterisatie de rest van uw leven moeten toepassen.

Belangrijke tips

De katheter is voor éénmalig gebruik.

Ontlastingspatroon

Het is belangrijk dat u regelmatig ontlasting krijgt, zo kunt u de blaas makkelijker legen. Als u al een paar dagen geen ontlasting heeft gehad of het krijgen van ontlasting gaat moeilijker, eet dan voeding waarin veel vezels zitten, zoals volkorenbrood, zemelen, rauwe groenten of gedroogde vruchten. Beweeg en drink veel (gemiddeld 1,5 liter per dag, geen alcohol) en wacht niet te lang met naar het toilet gaan als u aandrang heeft.

Problemen met het inbrengen van de katheter

Als het niet lukt de katheter in te brengen, probeer dan eerst te ontspannen. Het is dan vaak de sluitspier die de doorgang belemmert. U kunt bijvoorbeeld een paar keer hoesten of wat lichte druk uitoefenen op de katheter zodat de sluitspier zich ontspant en u de katheter voorbij de sluitspier kunt schuiven.

Bloed bij het katheteriseren

Er kan wat bloed aan de katheter zitten na het katheteriseren of wat bloed in de urine, dit is vaak het gevolg van lichte irritatie. Meestal verdwijnt dit na enkele dagen. Blijf goed drinken. Bij aanhoudende klachten neem contact op.

Complicaties

Ondanks dat u schoon werkt, voldoende drinkt en regelmatig ontlasting hebt, kan het toch voorkomen dat u een urineweginfectie krijgt. Symptomen kunnen zijn: koorts, pijn bij het plassen, troebele urine, algemeen gevoel van niet lekker zijn en moeheid. Neemt u contact op met de polikliniek urologie.

Bericht van verhindering

Het is belangrijk dat u op tijd aanwezig bent. Als u op het afgesproken tijdstip verhinderd bent, vragen wij u dit zo snel mogelijk te melden op het secretariaat urologie op T 0187 60 71 90.

Heeft u nog vragen?

Neem dan contact op met de poli urologie. Deze is te bereiken van maandag tot en met vrijdag van 8.00-16.30 uur, T 0187 60 71 90.

Bij spoed buiten kantooruren:

- Binnen 24 uur, na ontslag uit het ziekenhuis, met de afdeling waar u was opgenomen.
- Daarna met de huisartsenpost (HAP).

U kunt ook vragen stellen via de ‘BeterDichtbij app’. Meer informatie vindt u via onze website onder tabblad ‘ik kom voor een behandeling/beterdichtbij’.

Vergoeding ziekenhuiszorg

Niet alle ziekenhuiszorg wordt vergoed door uw zorgverzekeraar. Ook betaalt u altijd de hoogte van uw eigen risico. Vraag vooraf bij uw zorgverzekeraar na of uw bezoek en/of behandeling in het ziekenhuis wordt vergoed. Meer informatie vindt u op onze website onder ‘kosten en vergoedingen’ en op www.dezorgnota.nl.

Aantekeningen

Aantekeningen

VAN WEEL-BETHESDA
ziekenhuis

Stationsweg 22
3247 BW Dirksland
www.vanweelbethesda.nl
Telefoon algemeen 0187 60 73 00
Telefoon afsprakenbureau 0187 60 23 55
Telefoon afsprakenbureau röntgen 0187 60 74 99

Polikliniek Dirksland

Ingang Secretarieweg
Telefoon afsprakenbureau 0187 60 23 55
Telefoon afsprakenbureau röntgen 0187 60 74 99

Polikliniek Hellevoetsluis

Vliet 4
3224 HE Hellevoetsluis
Telefoon afsprakenbureau 0187 60 23 55
Telefoon afsprakenbureau röntgen 0187 60 74 99

Polikliniek Brielle

Amer 21
3232 HA Brielle
Telefoon afsprakenbureau 0187 60 23 55
Telefoon afsprakenbureau röntgen 0187 60 74 99

Het Van Weel-Bethesda Ziekenhuis levert excellente basiszorg aan de inwoners van Goeree-Overflakkee en westelijk Voorne-Putten. Het ziekenhuis heeft haar hoofdvestiging in Dirksland en poliklinieken in Hellevoetsluis en Brielle. Gastvrije, deskundige zorg met compassie en respect voor de patiënt en zijn naasten is het uitgangspunt in onze dagelijkse omgang met patiënten. Om de beste zorg te leveren, werken we nauw samen met andere ziekenhuizen en zorgaanbieders in de regio Zuid-Holland Zuid met als motto goede zorg dichtbij als het kan, ver weg als het moet. Daarnaast levert Het Van Weel-Bethesda Ziekenhuis samen met CuraMare een compleet pakket aan zorg, van geboorte tot de laatste fase.