Zelfkatheterisatie

Zelf legen van de blaas met een katheter

ijsselland ziekenhuis

Samen maken we het verschil.

ysl.nl 010 258 5000

Patiënteninformatie

Zelfkatheterisatie is het zelf leegmaken van de blaas met behulp van een dun slangetje (katheter). Het slangetje wordt via de plasbuis in de blaas gebracht. Zelfkatheterisatie wordt toegepast als u uw blaas niet meer goed of helemaal niet kunt legen.
Veel mensen schrikken als ze horen dat ze zichzelf moeten katheteriseren. Het is belangrijk dat u uw twijfels vertelt aan uw arts of aan de continentieverpleegkundige.

Om goed te kunnen plassen is nodig:
- een goede krachtige blaasspier;
- het goed kunnen ontspannen van de bekkenbodemspieren tijdens het plassen;
- geen belemmeringen in de plasbuis, bijvoorbeeld een vergrote prostaat of een vernauwing in de plasbuis.

Tijdens het plassen zal de blaasspier knijpen om zich te legen. Op dat moment ontspant u uw bekkenbodemspieren. Hierdoor plast u met een krachtige straal.

Dat u niet meer goed kunt plassen, kan verschillende oorzaken hebben:
- Een **prostaatvergroting**: de prostaat kan de plasbuis afklemmen. U kunt niet meer plassen of u plast met een slappe straal waarbij de blaas zich niet volledig leegt.
- Een **aandoening van de zenuwen** kan de knijpkracht van de blaasspier verminderen of de bekkenbodemspieren minder goed laten ontspannen tijdens het plassen. Voorbeeld: schade aan de zenuwen door suikerziekte of multiple sclerose.
- Door een **buikoperatie** aan bijvoorbeeld de baarmoeder of de endeldarm kunnen de zenuwen in de onderbuik beschadigd raken. Hierdoor kan de functie van de blaasspier beïnvloed worden.

Redenen om te katheteriseren

- Achtergebleven urine kan een voedingsbodem vormen voor bacteriën. Daardoor wordt u vatbaarder voor blaasinfecties.
  Met zelfkatheterisatie kunt u de **kans op blaasinfecties verkleinen**.
- Als u onvoldoende of helemaal niet uw blaas kunt legen, kan dat

een reden zijn om een verblijfskatheter in te brengen in de blaas. De urine wordt dan via de katheter in een zakje opgevangen. Met zelfkatheterisatie is dit niet nodig. Omdat u zelf uw blaas kunt legen met een katheter, heeft u **géén blijvende katheter in uw plasbuis nodig**.
- Als u een vernauwing in uw plasbuis heeft of als deze al operatief is verwijderd. Na een operatie kan de vernauwing weer terugkomen. Door zelf te katheteriseren **houdt u uw plasbuis open**, een operatie is hierdoor niet of minder vaak nodig.

Het katheteriseren

Hoe u moet katheteriseren en waar u rekening mee moet houden, vertelt de continentieverpleegkundige u.
Zeker in het begin zal katheteriseren tijd kosten, maar op den duur zal het steeds makkelijker gaan.
Hoe gaat het in zijn werk?

- Voordat u gaat katheteriseren, moet u eerst proberen zo goed mogelijk uit te plassen.
- U moet schoon werken: u wast van tevoren uw handen goed met water en zeep. Het gebied rondom uw plasbuis reinigt u met schoon leidingwater en een schone washand.
- U pakt de katheter bij het einde vast en brengt deze rustig via uw plasbuis in uw blaas.
- De katheter zit goed als er urine uitloopt.
- U mag de katheter verwijderen als er geen urine meer uitkomt.

Hoe vaak moet u katheteriseren?

Hoe vaak u moet katheteriseren, is afhankelijk van of u zelf nog deels uw blaas kunt legen. Het varieert van 1 tot 5 keer per 24 uur. De hoeveelheid urine mag per katheterisatie niet groter zijn dan 500 ml. Het juiste aantal keren wordt aan de hand van het residu bepaald. Dit is de hoeveelheid urine die u uit uw blaas haalt met katheteriseren. Daarom is het belangrijk dat u dit bijhoudt als u begint met katheteriseren. De continentieverpleegkundige of de uroloog zal dit met u bespreken.

Wanneer moet u de controle vervroegen of contact opnemen met het ziekenhuis?

Eén week na de eerste instructie wordt u gebeld door de (continentie) verpleegkundige. Het verdere vervolg wordt dan besproken.
Soms is het beter om een afspraak te maken op de polikliniek.

Het is belangrijk dat u contact opneemt met de poli Urologie:

- Als u problemen of pijn heeft bij het inbrengen van de katheter.
- Bij koorts boven de 38,5 °C.
- Als u denkt dat u een blaasinfectie heeft; u heeft bijvoorbeeld pijn of een branderig gevoel in uw plasbuis.
- Als het volhouden van het katheteriseren u moeite kost.
- Als u vaker of minder vaak wilt gaan katheteriseren, maar niet weet of dit kan.

Belangrijke telefoonnummers:

- (Continentie) verpleegkundige:
  Bereikbaar via de polikliniek Urologie: tel. **010 – 258 5980**.
  Als zij niet aanwezig zijn, en uw vraag of probleem kan even wachten, dan wordt er een afspraak gemaakt. In spoedeisende gevallen wordt er overlegd met de uroloog.
- Polikliniek Urologie: 010 – 258 5980
- Spoedeisende Hulp: 010 – 258 5125

Heeft u nog vragen?

Mocht u na het lezen van deze folder nog vragen hebben, dan kunt u ze stellen aan uw behandelend specialist of aan de (continentie) verpleegkundige.

ijssel land ziekenhuis **URO.021** / 230226.KM