
Gynaecologie
Verpleegafdeling B2
Kraamzorg/Verloskunde



Patiënteninformatie

Zelfkatheterisatie



Slingeland Ziekenhuis

Algemeen

Deze instructiefolder is geschreven voor vrouwen die na een bevalling of een gynaecologische operatie de blaas thuis zelf moeten legen met behulp van een katheter.

Functie van de urinewegen

De urinewegen bestaan uit de nieren, urineleiders, blaas en urinebuis. De nieren verwijderen de afvalstoffen uit het bloed. Deze afvalstoffen lossen op in de urine die via de urineleiders wordt verzameld in de blaas. Tijdens het vullen van de blaas zijn de spieren in de blaaswand in rust en is de blaasuitgang gesloten door de sluitspier. Wanneer men gaat plassen, trekken de spieren in de blaaswand zich samen en opent de sluitspier zich.

Wat is zelfkatheterisatie

Zelfkatheterisatie is het regelmatig legen van de blaas met behulp van een katheter. Een katheter is een dun kunststof slangetje dat in de blaas wordt gebracht. Deze therapie vervangt het op natuurlijke manier legen van de blaas.

Waarom zelf katheteriseren

Wanneer u niet goed kunt uitplassen blijft er urine in uw blaas achter. In deze 'stilstaande plas' (residu) ontstaat sneller bacteriegroei en is er dus grotere kans op een infectie. Het gevolg hiervan is een vol gevoel in uw onderbuik, een branderige aandrang en soms ook ongewild urineverlies. Het regelmatig aftappen van de achterblijvende urine na het plassen zorgt ervoor dat deze problemen zich niet voordoen.

Het is de bedoeling dat u verspreid over de dag uw blaas leegt met een katheter. De eerste keer is 's morgens als u wakker wordt, de laatste keer voordat u gaat slapen. Hoe vaak u uw blaas moet legen, is afhankelijk van de hoeveelheid urine die achterblijft (residu). Volg hiervoor de tabel die voor u van toepassing is.

Katheteriseren na een gynaecologische operatie

Indien u moet katheteriseren na een gynaecologische operatie, volgt u onderstaande tabel:

Residu	Katheteriseren
100-200 ml	2 x daags
200-300 ml	2 - 3 x daags
300-400 ml	3 - 4 x daags

De hoeveelheid mag niet groter zijn dan 500 ml. Is de hoeveelheid groter dan 500 ml? Dan een keer extra katheteriseren. Als de hoeveelheid achtergebleven urine 's ochtends én 's avonds minder is dan 100 ml, mag u stoppen met zelfkatheterisatie.

Katheteriseren na een bevalling

Indien u moet katheteriseren na een bevalling, volgt u onderstaande tabel:

Residu	Katheteriseren
200-300 ml	2 x daags
300-400 ml	2 - 3 x daags
500 of meer ml	3 - 4 x daags

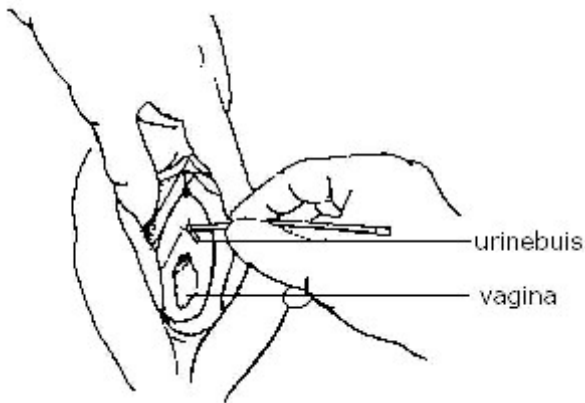
Indien u helemaal niet kunt plassen, moet u 5-6 keer per dag katheteriseren. De hoeveelheid mag niet groter zijn dan 500 ml. Is de hoeveelheid groter dan 500 ml? Dan een keer extra katheteriseren. Als de hoeveelheid achtergebleven urine 's ochtends én 's avonds minder is dan 250 ml, mag u stoppen met zelfkatheterisatie.

De techniek van zelfkatheteriseren

Het zelfkatheteriseren gebeurt in staande of halfzittende houding. Het is belangrijk om volgens de volgende richtlijnen te werken.

Voordat u gaat katheteriseren, moet u altijd eerst plassen!

1. Was uw handen goed met water en zeep en droog ze met een schone handdoek.
2. Was uw schede goed met water. Spreid daartoe de grote en de kleine schaamlippen met uw ene hand en reinig de schede met uw andere hand door met een washandje in één beweging van voor naar achter (richting billen) te strijken. Eerst links, dan rechts en als laatste het midden.
3. Houd de verpakking recht (verticaal) met de opening naar boven. Scheur de verpakking open naar beneden tot de katheter zichtbaar is.
4. Pak de katheter bij het groene gedeelte uit de verpakking en raak het wit/doorzichtige deel niet aan.
5. De katheter is direct klaar voor gebruik.
6. Spreid nogmaals goed uw kleine schaamlippen (zoals op de afbeelding hieronder). Zoek de plasbuis (urinebuis) met een spiegel. Deze is meestal zichtbaar als een driehoekje.
7. Leg, voor u de katheter inbrengt, eventueel een vinger boven de uitgang van de urinebuis. Dit is makkelijk als oriëntatiepunt.
8. Pak de katheter vast aan het uiteinde. Vouw het opvangzakje uit.
9. Breng de katheter steeds een paar cm verder in de plasbuis. Wanneer u per ongeluk in de vagina komt, kunt u de katheter niet direct weer gebruiken. Spoel hem eerst goed af met lauw kraanwater. Forceert u niet, maar laat de katheter rustig, soepel inglijden. Vlak voordat de katheter de blaas bereikt, kunt u een lichte weerstand voelen van de sluitspier.
10. Laat de katheter zitten tot er geen urine meer uit de blaas loopt.
11. Verwijder de katheter in één glijdende beweging.
12. Was uw schede nogmaals.
13. Stop de katheter terug in de verpakking en gooi deze weg.
14. Was daarna uw handen.
15. Schrijf de hoeveelheid afgetapte urine op de lijst in deze folder.



Waar u extra op moet letten

Wanneer u na het plassen een vol gevoel en buikpijn hebt, moet u zich vaker katheteriseren. Als uw urine vies gaat ruiken of als u een branderig gevoel heeft tijdens het plassen of katheteriseren, neem dan contact op met uw huisarts of het ziekenhuis. Als er een beetje bloed aan de katheter zit is dat geen reden tot bezorgdheid. Dit is doorgaans het gevolg van een lichte irritatie en het verdwijnt na enkele dagen. Als het niet verdwijnt of als u meer last krijgt, neem dan contact op met uw huisarts of met het ziekenhuis.

Zorgt u ervoor dat u dagelijks 1,5 tot 2 liter drinkt.

Bijzonderheden

Noteert u bijzonderheden, zoals pijn in de onderbuik en bloed in de urine, in onderstaand schema.

Datum	Bijzonderheden

Vragen

Bij vragen of problemen kunt u altijd contact opnemen met een medewerker van verpleegafdeling B2, telefoonnummer (0314) 32 92 81.

Hoe gaan wij met uw vertrouwelijke gegevens om

Zodra u zich meldt in het ziekenhuis, leggen wij persoonlijke gegevens over u digitaal vast. Die gegevens zijn geheim. Alleen de arts die u behandelt, de zorgverleners die bij uw behandeling betrokken zijn en uzelf mogen uw gegevens inzien. Het ziekenhuis is verplicht om de kwaliteit van zorg te bewaken en verbeteren. Daarom kan het nodig zijn om gegevens te verstrekken aan personen binnen of buiten het ziekenhuis. Het verstrekken van gegevens is aan wettelijke regels gebonden (zie het 'Privacyreglement Patiënten', vraag ernaar bij uw zorgverlener).

Wanneer zorgverleners van verschillende zorginstanties samenwerken bij uw behandeling, noemt men dit ketenzorg. Als het voor een goede behandeling of verzorging noodzakelijk is dat de zorgverleners uit de keten toegang hebben tot uw patiëntgegevens, dan is dit toegestaan. Dit is echter alleen toegestaan als u van tevoren duidelijk bent geïnformeerd over welke hulpverleners van welke zorginstanties deel uitmaken van deze keten en u hier geen bezwaar tegen heeft.

Daarnaast kunnen uw huisarts, de huisartsenpost en uw apotheker een samenvatting van uw medische gegevens inzien bij spoedeisende zorg buiten praktijken. Meer informatie kunt u lezen in de folder '[Uw rechten en plichten als patiënt](#)'. Deze folder kunt u raadplegen op www.slingeland.nl.

Slingeland Ziekenhuis
Kruisbergseweg 25

Postadres:
Postbus 169
7000 AD Doetinchem

Telefoon: (0314) 32 99 11
Internet: www.slingeland.nl