

PATIËNTEN
INFORMATIE

Zelfkatheterisatie bij mannen

**MAASSTAD
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis





Door middel van deze instructiefolder wil het Maasstad Ziekenhuis u informeren over zelfkatheterisatie bij mannen. Wij adviseren u deze informatie zorgvuldig te lezen.

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 zelfkatheteriseren

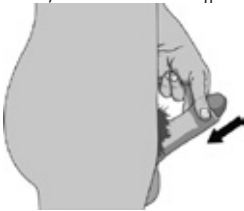
Wanneer u niet goed kunt uitplassen blijft er urine in uw blaas achter. In deze 'stilstaande plas' (residu) ontstaat sneller bacteriegroei en is er dus grotere kans op een infectie. Het gevolg hiervan is een vol gevoel in uw onderbuik, een branderige aandrang en soms ook ongewild urineverlies. Het regelmatig 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. Uw uroloog kan bepalen dat u vaker moet katheteriseren. Als de hoeveelheid achtergebleven urine 's ochtends **èn** 's avonds minder is dan 100 ml., mag u stoppen met zelfkatheterisatie na overleg met de uroloog.

De techniek van zelfkatheteriseren

Het zelfkatheteriseren gebeurt in staande 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. Verbreek het zegel door de twee delen rustig in tegengestelde richting te draaien en trek ze uit elkaar, totdat u een klik hoort (afhankelijk van welke katheter u gaat gebruiken).
3. Het bovenste buisje is het handvat van de katheter. De katheter is nu klaar voor gebruik.
4. Was uw penis en de eikel goed met water. Trek, als u niet besneden bent, uw voorhuid zachtjes terug. Houd met uw ene hand de penis omhoog in de richting van uw buik. In deze positie is uw plasbuis gestrekt in de vorm van een U. Hierdoor is het makkelijker om de katheter naar uw blaas te geleiden. Houd uw penis niet te stevig vast, want dan knijpt u de plasbuis dicht.



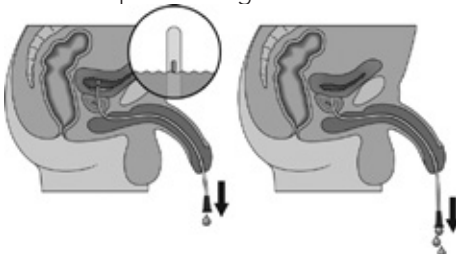
5. Houd de katheter verticaal met de lange greep naar beneden wijzend.
6. Leg, voor u de katheter inbrengt, eventueel een vinger boven de uitgang van de urinebuis. Dit is gemakkelijk als oriëntatiepunt. Schuif de katheter in één vloeiende beweging door de opening van de plasbuis door tot in de blaas, totdat er urine begint te stromen. Om het inbrengen van de katheter te vergemakkelijken, kan het helpen om te hoesten of om te proberen te plassen.



7. Richt uw penis en het gekleurde dopje van de katheter in de richting van de maatbeker. Haal de wijsvinger weg en vang de urine op in een maatbeker. Zodra de urine begint te lopen, probeer dan de katheter op dezelfde plaats te houden. Het kan wel even duren om de blaas helemaal leeg te plassen.



8. Laat de katheter zitten tot er geen urine meer uit de blaas loopt. Voorkom urineweginfecties door er iedere keer voor te zorgen dat uw blaas volledig leeg is. Als de urine stopt te stromen, kan het zijn dat de oogjes van de katheter zich boven het urineniveau in uw blaas bevinden. Om er zeker van te zijn dat uw blaas volledig leeg is, verwijdert u de katheter langzaam/stapsgewijs en stopt daarmee als de urine opnieuw begint te stromen.



1. Houd uw penis weer in de richting van uw buik, als de blaas leeg is. Trek de katheter langzaam terug. Druk op of knik de katheter, zodat de laatste druppels in de katheter achter blijven. Verwijder de katheter in één glijdende beweging. Gooi de katheter en verpakking weg.
2. Was uw penis en eikel nogmaals.
3. Was daarna uw handen.
4. 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. Indien dit niet verdwijnt of als u meer last krijgt, neem dan contact op met uw huisarts of met het ziekenhuis.

Invulschema

Vult u hieronder de datum, het tijdstip van de katheterisatie, de hoeveelheid achtergebleven urine na het plassen (in ml) en de bijzonderheden (bijzonderheden zoals pijn in de onderbuik, bloed in de urine etc.) in.

Datum	Tijdstip	ml	Bijzonderheden



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.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

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

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.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية، إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بحضور شخص ما، الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه أو يشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis

Maasstadweg 21

3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

I: www.maasstadziekenhuis.nl / www.maasnik.nl (kinderwebsite)

I: www.maasstadziekenhuis.nl/mijn (patiëntenportaal)

