

Thuis met uw katheter

Wat is een katheter?	2
Welk soort opvangzak heb ik nodig?	2
Hoe draag ik een dagzak?	2
Wat gebeurt er wanneer de opvangzak vol is?	3
Hoe vaak moet ik de opvangzak vervangen?	3
Wat doe ik met een gebruikte nachtzak?	3
Een stopje op de katheter	3
Het belang van persoonlijke hygiëne	4
Een goede afvoer van urine	4
Neem contact op met uw huisarts of de polikliniek Urologie	5

Wat is een katheter?

Een katheter is een holle, soepele buis waarmee urine uit de blaas wordt afgevoerd. Aan het uiteinde van de katheter zit een ballonnetje. Om te voorkomen dat de katheter uit de blaas glijdt, wordt dit ballonnetje opgeblazen. Naarmate de blaas zich vult, wordt de urine via de katheter afgevoerd naar een urinezak. U hoeft dus niet te plassen wanneer u een katheter heeft.

Afhankelijk van het soort katheter die u heeft, moet de katheter na 8 tot 12 weken gewisseld worden. De wissel kan thuis plaatsvinden door een verpleegkundige van de thuiszorg of bij de huisarts (en soms op de polikliniek).

Welk soort opvangzak heb ik nodig?

U heeft twee soorten opvangzakken nodig: een dagzak en een nachtzak.

De dagzak draagt u overdag onder uw gewone kleding. 's Avonds als u naar bed gaat koppelt u de nachtzak aan de dagzak. U zet het kraantje van de dagzak open zodat de urine in de nachtzak loopt. De nachtzak heeft een grotere inhoud waardoor u 's nachts niet hoeft op te staan om de urinezak te legen.

De nachtzak mag niet op de grond liggen. U krijgt een speciale steun om de nachtzak aan op te hangen. Voor een goede afvoer van de urine moet de opvangzak lager hangen dan de blaas.

Hoe draag ik een dagzak?

De dagzak wordt doorgaans bevestigd aan het bovenbeen met behulp van beenbandjes of een fixette. Aan de urinezak zit een slangetje dat de zak met de katheter verbindt. Dit slangetje kunt u op

maat knippen. Het losse koppelstukje schuift u in het op maat geknipte slangetje. Daarna kunt u de dagzak aansluiten op de katheter. s' Nachts moeten de beenbandjes of fixette af.

Wat gebeurt er wanneer de opvangzak vol is?

Naarmate de dagzak zich vult, wordt deze zwaarder en voelt u de bandjes trekken. Wacht niet met het leegmaken van de dagzak tot die volledig vol is. Om de dagzak leeg te maken, opent u het kraantje onderaan en laat u de urine in het toilet weglopen. Als u zich moeilijk kunt verplaatsen, kunt u de urine opvangen in een bak, die u uitsluitend hiervoor gebruikt. Vergeet het kraantje niet dicht te draaien nadat u de dagzak heeft leeggemaakt.

Hoe vaak moet ik de opvangzak vervangen?

Volgens voorschriften moeten een dagzak en nachtzak na zeven dagen vervangen worden. Als de dagzak beschadigd raakt, moeilijk leeg te maken is of onaangenaam ruikt, kan deze eerder vervangen worden.

Wat doe ik met een gebruikte nachtzak?

Spoel de nachtzak 's morgens met water door en laat hem overdag drogen. U kunt de zak weggooien als deze aan vervanging toe is.

Een stopje op de katheter

Soms schrijft de uroloog een katheterventiel voor. Dit is een stopje voor op de katheter. De urine loopt dan niet in een zak, maar blijft in uw blaas. U gaat dan om de 3 à 4 uur naar het toilet en laat de blaas via het stopje leeg lopen in het toilet. Voor de nacht sluit u de nachtzak aan op dit stopje en zet het kraantje open. De urine loopt nu gelijk in de nachtzak.

Het stopje kunt u normaal gesproken ongeveer 12 weken gebruiken. Regel is, wanneer u een nieuwe verblijfskatheter krijgt u ook een nieuw stopje gaat gebruiken. (Zelf te bestellen via medisch speciaal zaak of huisarts.)

Het belang van persoonlijke hygiëne

Een katheter levert doorgaans geen problemen op. Onderstaande, eenvoudige regels helpen u infecties te voorkomen:

- Was de handen vóór en na het loskoppelen of vervangen van een opvangzak.
- Was uw geslacht minstens éénmaal per dag met lauw water.
- Mannen dienen het gebied onder de voorhuid zorgvuldig te wassen en nadien de voorhuid niet vergeten terug te schuiven.
- U mag een bad of douche nemen met de katheter (hierbij kunt u uw dagzak laten zitten).

4

Een goede afvoer van urine

Voor een goede afvloeiing van de urine via de katheter dient u minstens anderhalve liter per dag te drinken (dit is 6 à 9 glazen). Verder is het van belang om voor een goede stoelgang te zorgen. Wanneer u lijdt aan obstipatie, dient u meer vezelrijk voedsel te eten.

Is u de katheter net draagt, kunt u de onderstaande dingen voelen:

- De indruk dat u moet plassen (lichte blaasirritatie).
- Nu en dan een blaaskramp. Dit verdwijnt doorgaans na enkele dagen. U hoeft zich hierover niet ongerust te maken.
- Urinelekkage langs de katheter veroorzaakt door krampen. Meld dit aan de polikliniek Urologie. Mocht u dit 's nachts of tijdens het weekend opmerken, dan kan dit wachten tot de volgende morgen of tot na het weekend.
- Een spoortje bloed in de urine kan voorkomen.

Indien er geen lozing van urine is, kunt u zelf het volgende nagaan:

- Of de katheter geen knikken vertoont die het afvloeien verhinderen.
- Of de opvangzak zich onder de blaas bevindt.
- Of de vochtinname te beperkt is geweest.
- Of u lijdt aan obstipatie, zorg voor een goede stoelgang.

Neem contact op met uw huisarts of de polikliniek Urologie

- Als u aanhoudend pijn heeft.
- Als er gedurende 2 tot 3 uur geen urineproductie is.
- Als uw urine aanhoudend bloedsporen vertoont en dit niet verdwijnt na veel drinken.
- Als uw urine troebel is, onprettig ruikt en dit niet verdwijnt na veel drinken.
- Bij blijvende urinelekkage langs de katheter.

Telefoonnummer polikliniek Urologie (0512) 588 811

De katheter en opvangzakken zijn verkrijgbaar op recept van uw huisarts of specialist.