

Gynaecologie
040 286 4820

Zelfkatheterisatie is het zelf leegmaken van de blaas met behulp van een katheter. Dit wordt gedaan als je jouw blaas niet meer spontaan kunt legen (retentie) of niet meer volledig kunt legen (residu).

Reden waarom zelfkatheterisatie nodig kan zijn

Op deze afdeling kunnen de volgende redenen aan de orde zijn:

- Na een operatie vanwege stressincontinentie of een verzakking.
- Vernauwing van de plasbuis door zwelling na de bevalling.
- Als complicatie na epidurale pijnstilling tijdens de bevalling.

Doel van zelf katheteriseren

Het doel van zelfkatheterisatie is dat jouw blaas regelmatig volledig wordt gelegeerd. Hierdoor kunnen complicaties zoals blaasontsteking, incontinentie (urineverlies) en in het ergste geval nierproblemen, worden voorkomen. Door zelf te katheteriseren ben je onafhankelijk en kun je een normaal leven leiden.

Hoe vaak katheteriseren

Over het algemeen geldt:

Als je nog wel kunt plassen, maar niet meer volledig, dan hangt het af van de hoeveelheid urine die je per keer achterhoudt. Dit kan van 1-4 keer per dag zijn. De verpleegkundige, verloskundige of gynaecoloog zal dit met jou bespreken.

Als je helemaal niet meer kunt plassen, moet je 4-6 keer per dag katheteriseren. De hoeveelheden per keer mogen niet groter zijn dan 500 ml. Je zult zelf moeten ervaren wat voor jou het juiste aantal keren is. De verpleegkundige, verloskundige of gynaecoloog zal dit met jou bespreken.

Aandachtspunten

- Bij zelfkatheterisatie hoef je geen handschoenen te gebruiken. Jouw handen goed wassen met water en zeep is voldoende.
- Het katheteriseren kan zowel liggend als staand gedaan worden. Probeer uit welke houding voor jou het gemakkelijkst is.
- Gebruik voor het reinigen van de vagina leidingwater uit een flink stromende kraan. (indien niet aanwezig kun je ongeparfumeerde babydoekjes gebruiken)
- Gebruik van een spiegel kan in het begin handig zijn.
- Het is belangrijk voldoende te drinken, minimaal 1,5 liter per dag. Dit ter voorkoming van urineweginfectie (blaasontsteking).

Benodigheden:

- Zeep en schone handdoek
- Steriele katheter, bij voorkeur met coating
- Bij katheter zonder coating: steriel spuit met glijmiddel
- Washand
- Eventueel een (was)bak met water uit flink stromende kraan
- Eventueel opvangbak voor urine
- Afvalbak

Werkwijze

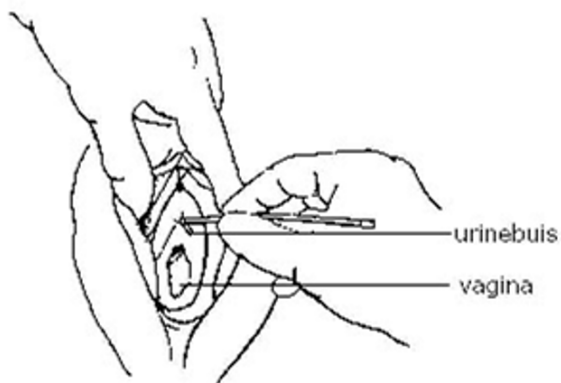
- Probeer te plassen. Ga ontspannen op de toilet zitten, eventueel met een boek, telefoon of tijdschrift.
- Als het plassen gelukt is kan door middel van katheteriseren het residu bepaald worden of met de bladderscan gekeken worden of het katheteriseren nog wel nodig is (in het ziekenhuis).
- Was de handen met water en zeep.
- Zet de benodigdheden binnen handbereik.
- Maak de katheter klaar om in te brengen.

Bij een katheter met coating: activeer coating met water.

- Open de bovenkant van de verpakking
 - Laat de kraan flink stromen
 - Bij een katheter met coating, reinig de uitgang van de urineleider zoals bovenstaand.
 - Laat een beetje water in de verpakking lopen en laat dit 30 seconden inwerken.
 - Hang de verpakking aan het bed of andere plek waar je er goed bij kunt met de op de verpakking aangebrachte plakzegel of zet neer zonder dat de opening iets raakt.
- Sta of zit in een gemakkelijke houding. In bed: halfzittend met ietsgekanteld bekken (zie tekening 1). Op toilet: zittend of staand (zietekening 2 t/m 4). In rolstoel: afhankelijk wat mogelijk is.



- Kantel het bekken.
- Breng de katheter in. Volg instructies hieronder.



1. Pak met de niet-katheteriserende hand de verpakking van de katheter.
2. Trek met de katheteriserende hand de katheter uit de verpakking. Zorg dat de katheteriserende hand en het in te brengen deel van de katheter steriel blijft.
3. Houd de katheter ongeveer 5 cm van de top vast.
4. Houd de grote en kleine schaamlippen gespreid met de vrije hand.
5. Breng de katheterpunt in met een scheppende beweging.
6. Schuif de katheter op tot er urine verschijnt, zorg dat het uiteinde van de katheter in een opvangbak of het toilet hangt.
7. Schuif de katheter nog 2 cm op.
8. De blaas loopt leeg in de opvangbak of toilet.
9. Controleer of de blaas goed leeg is door de katheter te draaien en/of iets terug te trekken.
10. Trek de katheter langzaam uit de blaas. Sluit bij het verwijderen eventueel de katheter af met jouw duim.
11. Werp de katheter in de afvalbak.
12. Droog de vagina af met schone handdoek of washand.
13. Was handen met water en zeep.
14. Noteer indien afgesproken de hoeveelheid afgelopen urine.

Wanneer moet je contact opnemen?

Met de verloskundige en/of verpleegkundige maak je afspraken over de duur van het katheteriseren en het vervolg.

Urineweginfecties kunnen optreden. Symptomen kunnen zijn: vaker plassen/meer aandrang, koorts, pijn, troebele urine, ruikende urine, en moeheid. Ook veranderingen waaronder pijn bij het inbrengen of verwijderen van de katheter kunnen wijzen op een urineweginfectie. Zorg dat je op dat moment ruim drinkt.

Neem bij vragen contact met ons op.

Polikliniek gynaecologie, telefoonnummer 040 - 286 48 20 (werkdagen van 8.30-17.00 uur).

Afdeling gynaecologie/verloskunde, telefoonnummer 040 - 286 48 38.

Neem bij vragen contact met ons op.

Polikliniek gynaecologie, telefoonnummer 040 - 286 48 20

(werkdagen van 8.30-17.00 uur)

Afdeling gynaecologie/verloskunde, telefoonnummer 040 - 286 48 38

Copyright© 2009 V&VN afdeling CV&V www.cvnv.nl

Wil je deze informatie online bekijken ga dan naar
www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/gyn016-zelfkatheterisatie-op-de-afdeling-gynaecologieverloskunde/
Of scan met je telefoon of tablet de QR-code.



GYN016
16-05-2022