

Zelf-katheterisatie bij de man

Hoe functioneren de nieren en het afvoersysteem?

De urinewegen zijn te verdelen in de hogere (d.w.z. hoger in de buik gelegen) en lagere urinewegen. De hogere urinewegen bestaan uit de nieren en urineleiders. De belangrijkste functie van de nieren is het verwijderen van afvalstoffen uit het lichaam. De nieren produceren voortdurend urine waarin deze afvalstoffen zijn opgelost. De urine wordt via de urineleiders naar de blaas afgevoerd. In de normale situatie bevat urine geen bacteriën. We noemen dat steriel.

De lagere urinewegen bestaan uit de blaas en de urinebuis. De blaas functioneert als reservoir voor urine. Wanneer men dat zelf wil, kan men de blaas in de normale situatie totaal leeg maken. 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.

Problemen

Wanneer de blaas zich niet goed leeg maakt, is dat nadelig voor de blaas. De urine die na het plassen in de blaas achterblijft, is een goede voedingsbodem voor bacteriën die zich in deze urine snel vermenigvuldigen. Er kan dan een urineweginfectie ontstaan. Zo'n infectie in de blaas noemen we een blaasontsteking.

Het risico om ernstige urineweginfecties te krijgen is groter wanneer de klepjes die het terugstromen van urine van de blaas naar de nieren moeten voorkomen, niet goed functioneren. Wanneer een infectie in de blaas 'opstijgt' naar de nieren, spreken we van een nier(bekken)ontsteking (pyelo-

nefritis). De nieren kunnen hierdoor beschadigd worden.

Wanneer de blaas zich niet goed leeg maakt, is het ook mogelijk dat de blaas gaat overlopen.

Het gevolg hiervan is ongewild urineverlies. We spreken dan van (urine-)incontinentie. Ook kan het zijn dat u helemaal niet meer kan plassen. Ook dan kan het nodig zijn de blaas te legen door middel van zelf-katheterisatie.

Door middel van regelmatige zelf-katheterisatie kan men de blaas totaal leeg maken en daardoor bacteriegroei, incontinentie of overrekking van de blaas voorkomen.

Zelf-katheterisatie

Bij zelf-katheterisatie brengt u een buisje (katheter) in uw plasbuis waardoor de urine uit de blaas kan lopen. Het is belangrijk dat de blaas **regelmatig** wordt gelegeerd door middel van zelf-katheterisatie. Gemiddeld is vier á vijf maal daags voldoende. Zorg ervoor dat de eerste zelf-katheterisatie van een dag na het wakker worden plaatsvindt en de laatste zelf-katheterisatie vóór het slapen gaan. Bedenk dat het beter is een keer vaker te katheteriseren, dan een keer over te slaan. Hieronder kunt u lezen hoe u zelf-katheterisatie kunt toepassen.

Instructies

De urinebuis bij de man is ca. 15 tot 20 centimeter en is S-vormig gebogen. Bij het katheteriseren dient de penis in de richting van de buik te worden gebogen om de urinebuis te strekken, zodat de katheter gemakkelijker kan worden ingebracht.

1. Vóór het inbrengen van de katheter wast u zorgvuldig uw handen met zeep.
2. Laat het zakje waar de katheter in zit, voor driekwart vollopen met water. Na 30 seconden is de katheter klaar voor gebruik. Of mogelijk heeft u een katheter met glijmiddel die kant en klaar is.
3. Neem de katheter in de hand. Buig de penis in de richting van de buik en breng de katheter rustig in de urinebuis tot de urine gaat stromen.
4. Wacht tot de blaas helemaal leeg is. Wanneer er geen urine meer komt, trekt u de katheter langzaam terug. Mocht de katheter weer gaan lopen, wacht dan even tot het weer stopt en trek hem er dan verder uit.
5. Gooi de katheter weg. Wanneer u een ongebruikte katheter laat vallen pakt u altijd een nieuwe katheter.
6. Was uw handen.

U kunt ook de instructies nog eens bekijken op www.medireva.nl/kenniscentrum via een filmpje.

Materiaal

Als u naar huis gaat, krijgt u een startpakket mee. Hierin zitten een aantal katheters. Als u nieuw katheter materiaal nodig heeft kunt hiervoor bellen met de firma MediReva, telnr. (0800) 0201201. Het kan ook zijn dat u een andere leverancier heeft.

U hoeft hiervoor niet te betalen. De firma regelt dit direct met uw verzekering.

Algemene informatie over het GHZ

Voor informatie over het ziekenhuis kunt u terecht op onze internetsite: www.ghz.nl. Ook kunt u bellen naar het algemene informatienummer (0182) 50 50 50.

Tot slot

Heeft u naar aanleiding van deze folder vragen over zelf-katheterisatie of doen zich problemen voor, neemt u dan contact op met uw behandelende arts of de verpleegkundige van de afdeling. Bent u niet meer in ons ziekenhuis opgenomen, dan kunt u telefonisch contact opnemen met de

polikliniek Urologie voor medische vragen, telefoon: (0182) 50 55 70 van 09.00 uur tot 10.00 uur en van 14.00 uur tot 15.00 uur. Voor spoed kunt u ons bereiken via het centrale telefoonnummer: (0182) 50 50 50 en vragen naar de poli Urologie.

Groene Hart Ziekenhuis, Locatie Gouda

Bleulandweg 10
2803 HH Gouda

Algemeen telefoonnummer ziekenhuis:
(0182) 50 50 50

Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie : Marketing & Communicatie
december 2022
04.20.011