

# Omgaan met een katheter

De inhoud van deze folder komt uit de Patient Journey App. Daarom kan het zijn dat sommige verwijzingen in deze folder niet juist zijn omdat zij naar een mogelijkheid in de app verwijzen. Om de informatie zo goed mogelijk te kunnen bekijken is het downloaden van onze app via de app store of google play store aan te raden. Deze app is gratis. Doorloop de volgende stappen om de app in gebruik te nemen:



- 1 Zoek naar Patient Journey in de App Store / Google Play of scan de QR code.
- 2 Download de app
- 3 Accepteer de push notificaties
- 4 Zoek naar ETZ behandelwijzer
- 5 Selecteer de juiste behandeling en druk op 'Start'.

## Welkom

---

### Inleiding

**Welkom in de zorgapp van het ETZ. We gebruiken deze app op u zo goed mogelijk te informeren over de omgang met een katheter.**

#### Meer informatie over: Inleiding

Een katheter is een soepel slangetje. Via dit slangetje kan de urine vanuit de blaas weglopen. Er zijn twee soorten katheters:

- Een katheter ingebracht via de plasbuis (transurethraal)
- Een katheter ingebracht via de buik (suprapubisch)

Aan het einde van de katheter zit een balonnetje dat wordt gevuld met steriel water. Hierdoor kan de katheter niet uit de blaas glijden. Via de geplaatste katheter kan uw urine weglopen uit de blaas. Dit kan op twee verschillende manieren:

- De urine loopt voortdurend weg in een urinezak
- Wanneer u een katheterkraantje op de katheter heeft, loopt de urine weg via het katheterkraantje wanneer u dat open zet.

## Katheterzakken

---

## Urine opvangzakken

Aan het einde van de katheter is een katheterzak bevestigd. Er zijn twee soorten urine-opvangzakken; de dagzak en de nachtzak.

### Dagzak

De dagzak, ook wel beenzak genoemd, is een kleine katheterzak met 500 ml inhoud. Dit zakje wordt met behulp van beenbanden met klittenband aan uw been bevestigd. De beenbanden zijn aan één kant stroef. U draagt de beenbanden met de stroeve antislip laag tegen uw been. Dit voorkomt dat het beenzakje afzakt. Let op dat de urine opvangzakken goed dicht zijn om lekkage te voorkomen.

#### Meer informatie over: Dagzak

De slang van de beenzak kunt u op maat knippen:

- U bevestigt het beenzakje door de knoopjes van de beenbandjes door de knoopsgaten van het beenzakje te doen.
- Dan kan u het beenzakje aan het onder- of bovenbeen bevestigen
- Hierna kunt u kijken hoe lang het slangetje moet zijn wat aan het beenzakje zit. **Let op; er mag niet aan de katheter getrokken worden, dus er moet voldoende speling op de katheter en de slag van het zakje zitten.**
- U kunt de beenzak onder uw gewone kleding dragen.

### Nachtzak

De nachtzak gebruikt u 's nachts. Deze zak heeft meer inhoud (1500ml). U bevestigt de nachtzak onderaan de dagzak. De dagzak kan dus gewoon blijven zitten.

#### Meer informatie over: Nachtzak

Nadat u de nachtzak heeft bevestigd, zet u het kraantje van de dagzak open. De urine loopt dan via uw dagzak in de nachtzak. U kunt eventueel één of beide bandjes losmaken. **Zorgt er wel voor dat er niet aan de katheter getrokken wordt wanneer u de beenbanden los maakt!**

Het is van belang om de nachtzak lager te hangen dan de dagzak, zodat de urine weg kan stromen. U kunt daarvoor de bedhouder uit het startpakket gebruiken.

### De opvangzakken leegmaken

Naarmate de dagzak zich vult, wordt deze zwaarder. U voelt de beenbandjes trekken. Om de dagzak leeg te maken, houdt u de dagzak boven het toilet en opent u het kraantje zodat de urine direct in het toilet terechtkomt.

#### Meer informatie over: De opvangzakken leegmaken

U kunt de beenband(en) los maken om beter te kunnen richten. Daarna doet u het kraantje weer dicht.

Als u moeilijk bij het toilet kunt komen, kunt u de urine laten weglopen in een urinaal of in de nachtzak. Iemand anders kan dit dan voor u in het toilet laten lopen. Ook de nachtzak maakt u op deze manier leeg.

Als u de nachtzak loskoppelt, spoelt u deze door met water en met een beetje azijn (tegen de geur). Zo kunt u de zak tot maximaal zeven dagen gebruiken. Daarna neemt u een nieuwe nachtzak.

## De opvangzakken vervangen

**De dagzak moet u om de zeven dagen vervangen.**

### Meer informatie over: De opvangzakken vervangen

In de volgende gevallen moet u de zak eerder verwisselen:

- Het kraantje werkt niet meer
- De zak lekt
- De zak heeft een onaangename geur
- De voorgestante gaatjes voor de beenbandjes zijn uitgescheurd.

De katheter en de beenzak vormen samen een gesloten systeem. Om de kans te verkleinen dat schadelijke bacteriën in uw blaas komen, is het belangrijk dat u de zak niet vaker dan voorgeschreven vervangt.

Om het risico te verkleinen dat er schadelijke bacteriën in uw blaas komen, is het belangrijk dat u altijd hygiënisch werkt.

- Was eerst uw handen met zeep.
- Neem de katheterslang in uw ene hand en knijp deze tussen twee vingers dicht.
- Verwijder met uw andere hand de oude dagzak.
- Voordat u de nieuwe dagzak aansluit op de katheter, desinfecteert u het uiteinde van de katheter met alcohol 70%.
- Sluit de nieuwe dagzak aan op de katheter.
- Bevestig de dagzak op de gewenste manier.
- Was uw handen nogmaals met zeep.
- De gebruikte opvangzak moet u leeg weggooien.
- Het is mogelijk het slangetje van de dagzak in te korten. Gebruik voor het afknippen een schone schaar.

## Katheterkraantje

**Aan het einde van de katheter wordt soms een katheterkraantje geplaatst.**

**Dit kan zolang blijven zitten tot het sluitmechanisme niet meer goed werkt of het kraantje vies is. Dan moet het verwisseld worden. U kunt dat zelf thuis doen.**

### Meer informatie over: Katheterkraantje

Als u wilt kunnen wij u aanmelden bij een medische speciaalzaak. Bij de medische speciaalzaak kunt u nieuwe katheterkraantjes bestellen. Op het katheterkraantje kan de dagzak worden aangesloten. als u wekelijks de dagzak wisselt, zet u het kraantje dicht, ontsmet de aansluiting van het kraantje, sluit de dagzak aan op het kraantje, **en u zet het kraantje weer open.**

In overleg met de uroloog kunt u ook alleen het kraantje gebruiken, in plaats van opvangzakken. Het is

dan belangrijk dat het katheterkraantje **om de 4 uur open wordt gezet boven het toilet**. Dit om te voorkomen dat de blaas te vol wordt zonder dat u dat merkt.

Voor de nacht kunt u, indien nodig, een nachtzak aan het katheterkraantje sluiten. Let er dan wel op **dat het katheterkraantje open staat**, zodat de urine in de nachtzak kan lopen.

## Het vervangen van de katheter

**Bij langer gebruik moet u de katheter laten verwisselen. Het verwisselen van de katheter gebeurt tussen de zes en twaalf weken door de thuiszorg of u heeft hiervoor een afspraak in het ziekenhuis.**

## Persoonlijke hygiëne

**Het is belangrijk dat u zorgt voor een goede persoonlijke hygiëne. Hiermee voorkomt u mogelijk infecties.**

### Meer informatie over: Persoonlijke hygiëne

#### *Transurethrale katheter*

Was de huid rondom de plasbuis met lauw water. Gebruik hierbij geen zeep. Voor vrouwen geldt dat zij tussen de schaamlippen goed moeten wassen. Voor mannen geldt dat ze ook onder de voorhuid goed moeten wassen. droog zorgvuldig af met een deppende beweging. Gebruik nooit talkpoeder en/ of crèmes.

#### *Suprapubische katheter*

Was de huid rond de insteekopening elke dag met lauw water zonder zeep. Droog de insteekopening zorgvuldig af met een deppende beweging. Hierna doet u eventueel een steriel splitgaasje om de katheter en plak dit vast.

Het is mogelijk dat er wat gelig vocht langs de katheter lekt. In dat geval is het raadzaam om een gaasje te blijven gebruiken, dan voorkomt u vlekken in uw kleding. Als de katheter niet lekt, kunt u het gaasje achterwege laten.

## Wennen aan de katheter

**Als u pas een katheter heeft, kan dit onaangenaam aanvoelen. De katheter kan irritatie in de plasbuis veroorzaken.**

### Meer informatie over: Wennen aan de katheter

Soms komt hierdoor wat bloed in de urine en is de urine rosekleurig. Als u goed drinkt, gaat het vanzelf over.

Ook kan de katheter irritatie in de blaas veroorzaken. U voelt dan een wat zeurderige pijn onderin uw buik die in aanvallen optreedt. U heeft het gevoel dat u moet plassen. We noemen dit blaaskrampen. U kunt hiervoor een pijnstillers (Paracetamol 500 mg) innemen. Dit vermindert het kramp- en pijngevoel. Als dit na een paar dagen niet vermindert, kunt u contact opnemen met de polikliniek Urologie.

## Aandachtspunten

**Hieronder volgen een aantal aandachtspunten die van belang zijn wanneer u een katheter**

**heeft:**

### **Meer informatie over: Aandachtspunten**

- Het is belangrijk om veel te drinken; minimaal 1,5 liter vocht per dag. U maakt dan voldoende urine om afvalstoffen uit het lichaam met de urine af te voeren.
- De stoelgang moet regelmatig zijn. Verstopping van de darmen kan het afvoeren van urine belemmeren. Eet daarom vezelrijke voeding zoals vers fruit, groente en volkorenbrood.
- Uw normale dagelijkse bezigheden kunt u gewoon blijven doen. Wij raden u aan om dagelijks te bewegen. Ook sporten hoeft geen probleem op te leveren als u een katheter heeft.
- Het is mogelijk dat de katheter tijdens het vrijen hinderlijk is. Bespreek dit met uw arts of verpleegkundige. Zij kunnen u advies en tips geven. Ook met andere vragen kunt u bij hen terecht.
- Het gebruik van een fixatiepleister om de katheterslang te fixeren wordt aanbevolen om complicaties, zoals blaaskrampen, te voorkomen.
- Het advies van de uroloog is om de 5 jaar op controle te komen bij de uroloog, ook als er geen problemen zijn.

### **Extra aandachtspunten voor een *suprapubische* katheter**

- Als u een suprapubische katheter heeft en u heeft een katheterkraantje, kan het zijn dat u het advies gekregen heeft om eerst zelf te proberen te plassen voordat u de blaas via het katheterkraantje leegt.
- Als u een suprapubische katheter heeft en die is uitgevallen, moet er zo snel mogelijk, binnen twee uur, een nieuwe katheter ingebracht worden. Naarmate u hier langer mee wacht, kan het lastiger zijn om de katheter weer in uw blaas te brengen. Tijdens kantooruren op werkdagen belt u naar de polikliniek Urologie 013-2210390. Buiten kantooruren belt u naar de Spoedeisende hulp 013-2218010

### **Als er geen urine meer in de opvangzak loopt**

**Als er geen urine meer in de opvangzak loopt, kunt u de volgende zaken controleren:**

#### **Meer informatie over: Als er geen urine meer in de katheterzak loopt**

- Zit er een knik in de katheter en/ of opvangzak
- zit de broek te strak waardoor de slang afknelt en de urine niet kan weglopen
- Hangt de opvangzak lager dan de blaas
- Is de opvangzak op de juiste manier aangesloten
- Heeft u voldoende gedronken

Is geen van deze punten de oorzaak en loopt er gedurende twee à drie uur geen urine meer in het zakje, dan is het mogelijk dat de katheter verstopt zit. Als u dan in de katheterslang knijpt, komt soms de urinestroom weer op gang. Zijn de klachten hiermee niet verholpen, neem dan u contact op met de Thuiszorg of polikliniek Urologie.

### **Neem contact op als**

- **U aanhoudende pijn heeft**
- **Er veel bloed in uw urine zit en dit na veel drinken niet verdwijnt**

- **Uw urine troebel is en een sterke geur heeft. Hierbij heeft u blijvende (zeurende) pijn in uw onderbuik en koorts**
- **Er veel urine langs de katheter lekt en er niets meer in het zakje loopt**