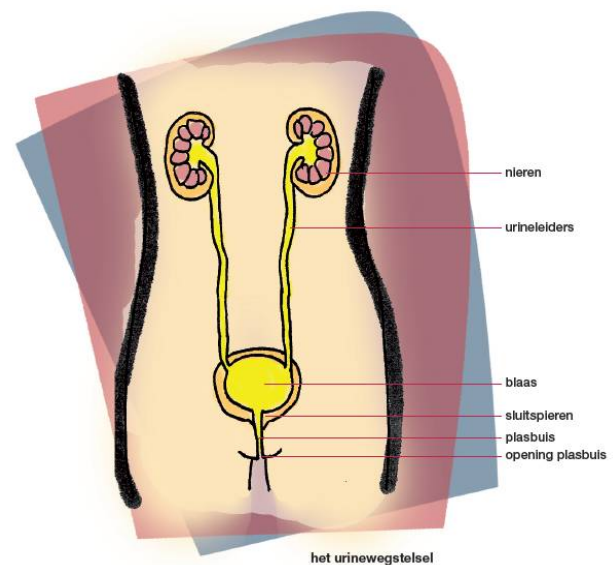


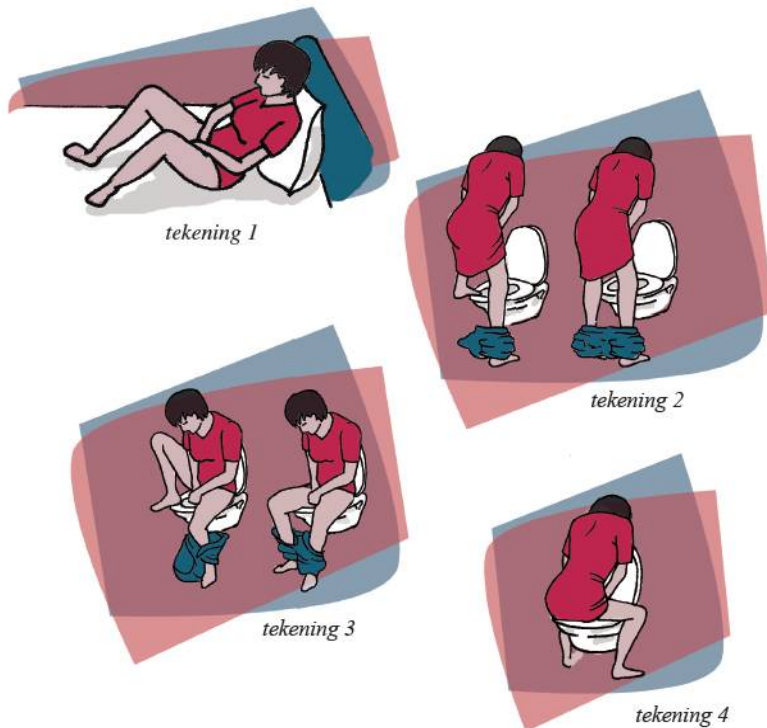
Zelfkatheterisatie-stappenplan voor vrouwen

Katheteriseren kunt u op verschillende manieren doen. Probeer uit welke houding u het prettigste vindt. Installeer u hiervoor in bed, rolstoel of op het (invaliden)toilet. Soms is het handig om in het begin op bed te oefenen of bijvoorbeeld op de grond met een kussen in de rug.

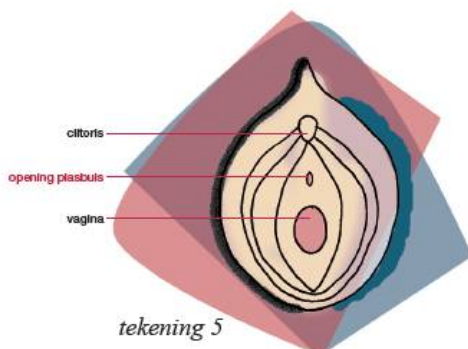


- Zet alle spullen binnen handbereik
- Afhankelijk van de katheter die u gebruikt, maakt u deze gebruiksklaar (zie instructiefolder firma) en plaatst u deze binnen handbereik.
- Was uw handen goed met water en zeep (vergeet uw duim niet!)
- Indien u nog spontaan kunt -en mag- plassen, probeert u eerst op de gewone manier te plassen.

1. Installeer u goed in bed, rolstoel of (invaliden)toilet
2. Houdingen:
 - In bed: halfzittend met iets gekanteld bekken (zie tekening 1)
 - Op toilet: zittend of staand (zie tekening 2 t/m 4)
 - In rolstoel: afhankelijk wat mogelijk is



3. Reinig het gebied rondom de plasbuis van vóór richting anus (niet terugvegen). Reinig eerst de schaamlippen, vervolgens het gebied rondom de plasbuis.
4. Spreid met de hand waarmee u niet katheteriseert de schaamlippen goed en trek ze iets omhoog (zie tekening 5).



5. Gebruik -eventueel in het begin een spiegel, om de opening van de plasbuis te kunnen vinden.
6. Pak met de andere hand de katheter halverwege vast of pak deze vast bij de inbrenghuls / inbrengstukje. Eventueel kunt u de katheter dicht knijpen of de duim op het uiteinde plaatsen. De urine kan dan nog niet weglopen.
7. Buig de katheter met de opening richting toilet, zodat de urine rechtstreeks in het toilet kan lopen.
8. Soms zijn extra hulpmiddelen, of speciale katheters nodig om het katheteriseren toe te kunnen passen en de urine op een makkelijke manier op te kunnen vangen. Bijvoorbeeld als u in bed of in de rolstoel moet gaan katheteriseren. De (continentie) verpleegkundige zal dit met u bespreken en het gebruik van deze hulpmiddelen ook met u oefenen.
9. Als de urine-afvloed stopt, trekt u de katheter een stukje terug, meestal komt er dan nog wat urine.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, aarzel dan niet en neem contact op met polikliniek urologie
Telefoonnummer: 0413 - 40 19 68
Route 150

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

Bovenstaande informatie is geschreven samen met artsen en (gespecialiseerd) verpleegkundigen van de genoemde afdeling(en). De afdeling communicatie & patiëntenvoorlichting verzorgt de eindredactie van deze folder.

Heeft u vragen en/of opmerkingen over deze folder? Belt u dan met de genoemde afdeling(en) of stuur een e-mail naar PatiëntService, psb@bernhoven.nl.

Bernhoven

Nistelrodeseweg 10
5406 PT UDEN

Postbus 707
5400 AS UDEN

T: 0413 - 40 40 40
E: communicatie@bernhoven.nl
I: www.bernhoven.nl



Ga naar
www.zorgkaartnederland.nl

Code: Digitaal Datum gewijzigd: maandag 6 november 2017