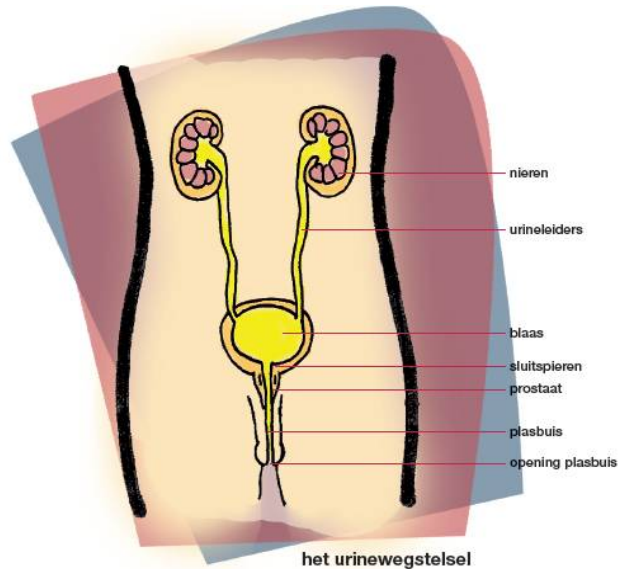


Zelfkatheterisatie-stappenplan voor mannen

Katheteriseren kunt u op verschillende manieren doen. Probeer uit welke houding u het prettigst vindt. Installeer u hiervoor goed in bed, rolstoel of op het (invalide)toilet. Soms is het handig om in het begin op bed te oefenen, of een steuntje in de rug te hebben als u staand katheteriseert (b.v. een muur).



- 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, (rol)stoel of (invalide)toilet
2. Houdingen:
 - Op toilet: zittend of staand (zie tekening 1 t/m 3)
 - In rolstoel: afhankelijk wat mogelijk is



3. Indien u niet besneden bent, schuift u de voorhuid terug en reinigt u het gebied rondom uw plasbuis met water.
4. Pak met de hand waarmee u niet katheteriseert de penis vast en breng hem iets omhoog (tekening 4)



5. Pak met de andere hand de katheter halverwege vast of 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.
6. Breng de katheter rustig in de plasbuis tot in de blaas, als de urine begint te lopen zit de katheter in de blaas. Schuif de katheter nu nog een klein stukje verder.
7. Soms voelt u wat weerstand ter hoogte van de prostaat en bij overgang van de sluitspier naar de blaas. Ter hoogte van de prostaat kan het helpen de penis nog iets te strekken en vervolgens weer naar beneden brengen (tekening 5). Ter hoogte van de overgang van de sluitspier naar de blaas kan de sluitspier wat aangespannen zijn. Meestal ontspant deze snel en kunt u de katheter verder inbrengen. Soms wil even zuchten of hoesten helpen.
8. Buig de katheter met de opening richting toilet, zodat de urine rechtstreeks in het toilet kan lopen.
9. 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.
10. Als de urine-afvloed stopt, trekt u de katheter een stukje terug, meestal komt er dan nog wat urine.
11. Als er niets meer komt, strekt u de penis weer iets op (tek. 6) en haalt u de katheter rustig uit de blaas. U kunt eventueel uw duim op het uiteinde houden en de katheter omhoog houden en eruit halen. De urine die dan nog in de katheter zit, zal er pas uitlopen als u de duim van het uiteinde heeft verwijderd.
12. De katheter kunt u in de pedaallemmer deponeren. Katheters zijn voor eenmalig gebruik.
13. Maak alles schoon en indien u niet besneden bent, schuift u de voorhuid weer terug.
14. Was uw handen.

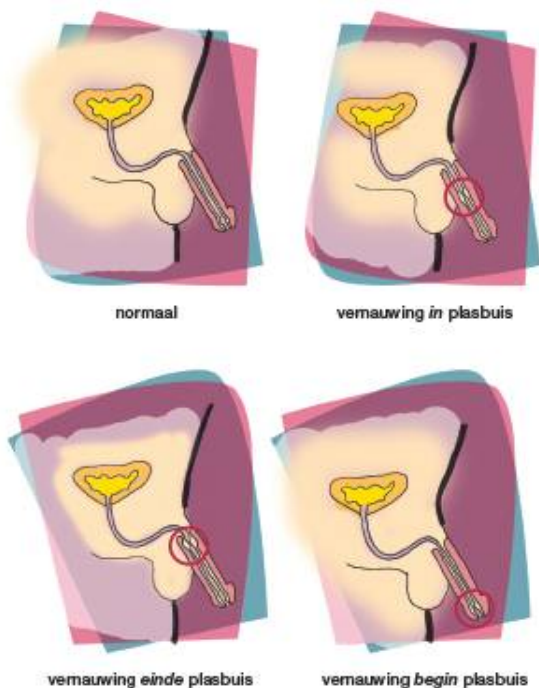
Vernauwingen in de plasbuis

Wanneer u last hebt van regelmatig terugkerende vernauwingen in de plasbuis door littekenweefsel, kunt u leren dit te voorkomen door zelfdilatatatie toe te passen. Dit is eigenlijk dezelfde handeling als

zelfkatheterisatie, alleen gebruikt u een iets dikkere katheter hiervoor.

Als de vernauwing zich vlak na de plasopening bevindt, dan kunt u soms volstaan om met een - korte- vrouwenkatheter de plasbuis te dilateren.

De (continentie) verpleegkundige zal u hierin adviseren. Op de tekening staat aangegeven waar de vernauwingen zich kunnen bevinden.



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.cvvv.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