

# Katheteriseren meisje



Ouderinstructie  
Eénmalig katheteriseren van je dochter

# Katheteriseren meisje

## Wat is Ouder- en Kind Educatie (OKE)?

Het programma Ouder- en Kind Educatie (OKE) heeft als doel ouders, jongeren en zorgprofessionals te ondersteunen in het (aan)leren van diverse verpleegtechnische handelingen. Het educatiemateriaal is ontwikkeld voor ouders/verzorgers én voor jongeren die zelfstandig een handeling willen kunnen uitvoeren. De inhoud is vastgesteld met medewerking van ouders en tieners, kinderverpleegkundigen, kinderartsen en medisch pedagogisch zorgverleners uit de academische kindercentra en (kinder)thuiszorgorganisaties.

## Waarom deze ouderinstructie?

Je hebt samen met de arts en de verpleegkundige besloten om bij je dochter de blaas te legen met behulp van een katheter (een kunststof slangetje). Deze handeling gaan wij je leren. In deze ouderinstructie geven we je informatie over alles wat er komt kijken bij het katheteriseren van je dochter met een éénmalige katheter. We leggen de handeling stap voor stap aan je uit. Na het lezen van deze ouderinstructie weet je hoe je de handeling moet uitvoeren. Wanneer we in de tekst spreken over je dochter, bedoelen we daarmee ook het kind dat je verzorgt.

## De handeling

Bij het katheteriseren van de blaas wordt een katheter via de plasbuis (urethra) in de blaas gebracht.

De katheter wordt direct na het uitlopen van de urine weer verwijderd. Dit wordt éénmalig of intermitterend katheteriseren genoemd. Het doel van katheteriseren is het leegmaken van de blaas.

## Welke spullen heb ik nodig?

- Steriele katheter
- Onsteriele gazen, schone washand of wattenschijfjes
- Bakje
- Kan met handwarm kraanwater
- Handdoek
- Opvangbak of luier
- Eventueel extra glijmiddel
- Afvalzak



## Hoe voer ik de handeling uit?

### Vorbereiding

- Leg de spullen die je nodig hebt klaar op een schone werkplek, binnen handbereik.
- Was je handen met water en zeep, of gebruik handenalkohol.
- Leg de onsteriele gazen, de washand of wattenschijfjes in het bakje en schenk er ruim water overheen.
- Open de verpakking van de éénmalige katheter.
- Afhankelijk van de katheter, vloeistof bij de katheter laten lopen om de gellaag te activeren. Soms zit er een zakje water in de verpakking, dat open geknepen kan worden, zodat de vloeistof bij de katheter komt en zo glad wordt.
- Hang de katheter met het speciale plakkertje in de buurt waar je je dochter gaat katheteriseren.

### Uitvoering

- Vraag of help je dochter met ontblote billen en gespreide benen te gaan liggen.
- Plaats de handdoek onder de billen.
- Plaats het bakje met de natte gazen, washand of wattenschijfjes op de handdoek.
- Vraag je dochter de knieën op te trekken.
- Spreid de schaamlippen met twee vingers van één hand.
- Maak de schaamlippen en plasbuisuitgang voorzichtig schoon met onsteriele natte gazen, washand of wattenschijfjes in drie streken: de 1e streek gaat over de linker schaamlip, de 2e streek gaat over de rechter schaamlip en met de 3e streek maak je de opening van de plasbuisuitgang schoon. Gebruik hierbij voor elke streek een nieuw nat gaas of wattenschijfje, of schoon gedeelte van washand. Strijkt altijd in de richting van de anus.
- Gooi de vuile gazen of wattenschijfjes in de afvalzak.
- Plaats het opvangbakje of de luier tussen de benen van je dochter.
- Was je handen met water en zeep, of gebruik handenalkohol.
- Haal de katheter uit de verpakking, raak hierbij de onsteriele verpakking niet aan.

- Spreid met één hand de schaamlippen en trek voorzichtig de schaamlippen iets omhoog. Je kunt de plasopening zo beter zien. Breng de katheter in met een scheppende beweging, richting navel. Vanaf het moment dat je urine zit lopen schuif je de katheter nog 1-2 cm verder.
- Laat de urine aflopen in een opvangbakje of luier.
- Wanneer er geen urine meer komt, trek je de katheter een klein stukje terug om ook het laatste restje urine weg te laten lopen.
- Wacht dan tot dat de urine stopt met lopen en verwijder langzaam de katheter. Bij het verwijderen van het laatste deel van de katheter kan je de katheter afsluiten met de duim, om de urine die nog in de katheter zit te laten weglopen op een plek die je wilt, dit voorkómt knoeien en het teruglopen van urine in de blaas.
- Gooi de katheter in de afvalzak.

## Afronding

- Vraag je dochter zich weer aan te kleden en help zo nodig.
- Vraag aan je dochter hoe zij het vond gaan. Zo geef je haar de gelegenheid om haar ervaring te delen en kan je eventueel je handeling een volgende keer aanpassen.
- Ruim de gebruikte materialen verder op.
- Was je handen met water en zeep, of gebruik handenalkohol.
- Let op eventuele pijnklachten en hoe het plassen gaat na het katheteriseren.

## Aandachtspunten

### Maat van katheter

De maat van de katheter, uitgedrukt in Charrière, is afhankelijk van de leeftijd en lengte van je dochter en wordt bepaald door de kinderuroloog of verpleegkundig specialist kinderurologie.

Onderstaand overzicht geeft een indicatie van de dikte van de katheter passend bij de leeftijd.

Leeftijd	Charrière
0-1 jaar	Ch 6-8
1-8 jaar	Ch 8-10
8-12 jaar	Ch 10-12
Vanaf 12 jaar	Ch 12 -14

Uit: E. de Bruijn-Kempe , H. Cobussen-Boekhorst , L. Hermsen-Heilema. Richtlijn intermitterende (zelf)katheterisatie bij kinderen. V&VN afdeling continëntie verpleegkundigen en verzorgenden. 2014.

### Katheteriseren op het toilet

Katheteriseren op het toilet, en hierbij de urine weg laten lopen in het toilet, is mogelijk. Sommige stappen van de handeling gaan dan anders. De verpleegkundig specialist kinderurologie kan hierover advies geven.

### Katheteriseren met opvangzak

Soms is het handig te katheteriseren met een opvangzak aan de katheter. Bespreek dit eventueel met de verpleegkundig specialist kinderurologie.

### Hygiëne

Als in de thuissituatie de handen worden gewassen met zeep, dan moet hierbij gebruik worden gemaakt van zeep in een pompje en papieren handdoekjes (tissues, keukenrol). Op een stuk zeep en in stoffen handdoeken verzamelen ziektekiemen zich snel, en zijn hiermee een grote infectiebron.

Verpleegkundigen gebruiken bij katheteriseren altijd handschoenen. Ouders hoeven bij het uitvoeren van deze handeling geen handschoenen te gebruiken. Maar als je dochter cytostatica krijgt moet je als ouder wel (onsteriele) handschoenen gebruiken. De soort cytostaticum bepaalt hoelang dit nodig is.

## Hoe vaak voer ik de handeling uit?

De kinderuroloog of verpleegkundig specialist kinderurologie spreekt met je af hoe vaak en op welk moment van de dag je dochter gekatheteriseerd moet worden.

## Op welk moment van de dag moet ik de handeling uitvoeren?

De kinderuroloog of verpleegkundig specialist kinderurologie spreekt met je af op welke tijd(en) je dochter moet katheteriseren.

## Wat kan er misgaan, waaraan kan ik dit zien en wat moet ik dan doen?

### **Materiaal dat gevallen is**

Materiaal dat op de grond is gevallen of dat wordt aangeraakt is niet meer steriel. Gooi dit materiaal in de afvalbak en pak nieuw materiaal. Zorg voor een extra katheter en andere materialen als je de benodigdheden klaarlegt.

### **Pijn bij inbrengen**

Stel je dochter gerust, gebruik eventueel extra glijmiddel. Als dit geen verbetering geeft stop je de handeling en neem je contact op met de kinderuroloog of specialistisch verpleegkundige kinderurologie.

### **Weerstand tijdens inbrengen door sluitspier van de blaas**

Houd met katheter lichte druk op sluitspier, laat je dochter goed doorzuchten om weerstand te minderen en wacht even of sluitspier weer ontspant.

Stop de handeling bij abnormale weerstand en neem contact op met de kinderuroloog of specialistisch verpleegkundige kinderurologie.

### **Bloeding uit de blaas of plasbuis**

Maak gebruik van een gecoate katheter, met eventueel extra glijmiddel, en gebruik altijd glijmiddel bij een ongecoate katheter om een bloeding te voorkomen.

Als er toch bloed zichtbaar is, stop dan de handeling en neem contact op met de kinderuroloog of specialistisch verpleegkundige kinderurologie.



**Er loopt geen urine af**

Pas de houding van je dochter aan naar iets meer rechtop. Oefen geen druk uit. Controleer of de katheter niet in de vagina zit.

**Urineweginfectie**

Om urineweginfecties te voorkómen is schoon werken noodzakelijk: handen wassen op de momenten zoals aangegeven staat in de beschrijving van de handeling. Zorg ook altijd voor een schone werkomgeving.

Bij tekenen van een urineweginfectie, zoals troebele of stinkende urine, neem je contact op met de kinderuroloog of verpleegkundig specialist kinderurologie.

**Hoe kan ik mijn dochter helpen zich prettig te voelen tijdens de handeling?****Betrekken van je kind**

Spreek een stopteken af met je dochter. Betrek haar bij de handeling. Kinderen kunnen al jong mee helpen. Je kan bijv. je dochter vragen de katheter zelf te verwijderen. Vanaf 6-7 jaar kan je dochter katheteriseren zelf leren.

**Twee personen**

Katheteriseer in het begin bij voorkeur met twee personen. Eén persoon ondersteunt of troost je dochter en de ander katheteriseert. Bij sommige kinderen is het nodig dat zij vastgehouden worden om de katheter in de kunnen brengen. Sommige kinderen lukt het niet om zelf stil te liggen. In dat geval kan het beter zijn om je dochter te (laten) vasthouden en de handeling zo kort mogelijk te laten duren. Leg uit waarom je dit doet, als je dochter hier groot genoeg voor is. Het is per leeftijd afhankelijk hoe je dochter het beste vastgehouden kan worden. Je kan hierover advies krijgen tijdens de opname of op de polikliniek.

**Ruimte in huis**

Kies een ruimte in huis waar je je dochter katheteriseert. Katheteriseer haar het liefste elke keer op deze plek in het huis, dan weet zij waar zij aan toe is. Katheteriseer je dochter niet op een veilige plek, zoals het bed, de kinderwagen of een speelplek.



### **Stem je tempo af**

Als je te snel handelt kan dit onrust en stress veroorzaken, als het te langzaam gaat duurt de handeling onnodig lang. Kijk goed naar je dochter en waar zij behoefte aan heeft. Je kunt eventueel een pauze inlassen.

### **Tips voor afleiding of ontspanning**

Het is belangrijk je handelen af te stemmen op de behoeften van je dochter.

Sommige kinderen hebben controle nodig. In dat geval kunnen de volgende tips helpen:

- Laat je dochter meehelpen waar mogelijk.
- Laat je dochter zelf kiezen of zij mee wil kijken bij het inbrengen van de katheter.

Voor andere kinderen werkt afleiding beter en kunnen de volgende tips helpen:

- Zoek lichamelijk contact, bijvoorbeeld door de hand vast te houden, met een vinger op de huid te tekenen, kriebelen, blazen op de huid.
- Doe een ademhalingsoefening: haal diep adem door de neus, tel tot drie en blaas dan weer uit door de mond.
- Bekijk samen een pop-up boek of prentenboek.
- Je kunt samen met je dochter zingen, tellen, het alfabet op zeggen, muziek luisteren of een fantasieverhaal schrijven.

## Hoe blijft mijn dochter vertrouwen hebben in mij als ouder?

### **Benoemen**

Vertel aan je dochter wat er gaat gebeuren en wat je gaat doen. Dit geeft veiligheid en vergroot de voorspelbaarheid. Praten op een lage toon kan een dochter geruststellen en troost bieden.

### **Oogcontact en vriendelijke gezichtsuitdrukking**

Probeer zoveel mogelijk een vriendelijke gezichtsuitdrukking te laten zien. Je dochter heeft dit tijdens een moeilijk en spannend moment extra nodig.

**Wie mag de handeling uitvoeren?**

Volgens de wet is eenmalig katheteriseren een risicovolle handeling die alleen uitgevoerd mag worden door iemand die hierin getraind is. Daarom krijg je hierover informatie via deze ouderinstructie en oefen je de handeling met de verpleegkundige. Je mag het katheteriseren gaan uitvoeren als je je zeker genoeg voelt om dit te doen en de verpleegkundige je deskundig genoeg vindt. Het getekende certificaat is hiervoor het bewijs.

## Praktische tips voor thuis

### Naar opvang/school

Je dochter kan gewoon naar school en naar de opvang. Afhankelijk van je persoonlijke situatie en de tijden waarop je dochter gekatheteriseerd moet worden voer je zelf de handeling uit op de school of opvang; je kunt eventueel thuiszorg inschakelen. Het kunnen beschikken over een voldoende ruimte is belangrijk. Ook is het praktisch om voldoende materiaal voor het katheteriseren in de klas en/of bij de opvang op een vaste plaats te hebben liggen. Zorg voor een aparte afvalcontainer op school en/of bij de opvang. Het is prettig voor andere toiletbezoekers dat er een afsluitbare afvalcontainer is om het materiaal in weg te gooien. Het houden van een spreekbeurt door je dochter kan helpen de klasgenoten te informeren.

### In bad/douchen/zwemmen/sporten?

Je dochter kan gewoon in het bad, douchen, naar het zwembad en sporten.

Hoe plan ik de handeling in ritme van dag en week van het gezin?

De arts of verpleegkundige heeft je verteld hoeveel keer per dag je dochter gekatheteriseerd moet worden en op welk tijdstip. Het is belangrijk dit zo veel mogelijk op te nemen in het dagritme van jezelf en je kind. Zorg ervoor dat er geen haast is en dat je de tijd kan nemen voor de katheterisatie.

### De handeling uitvoeren op meerdere locaties

De handeling kan op elke plaats worden uitgevoerd. Zorg er altijd voor dat alle spullen aanwezig zijn. Vul bijvoorbeeld een tas waarin altijd voldoende materiaal zit om op andere locaties te katheteriseren. Kies ook op een andere locatie steeds dezelfde ruimte of plek uit waar je de handeling uit gaat voeren. Dit geeft veiligheid voor je dochter.

### Welke ruimte in het huis is geschikt om handeling uit te voeren?

Zorg ervoor dat er voldoende ruimte is om te katheteriseren, eventueel met twee personen.

## Waar in het huis bewaar ik veilig de spullen?

Bewaar alle spullen op een schone, droge en veilige plek. Zorg altijd voor voldoende voorraad.

## Iets vergeten, wat moet ik dan doen?

Als je vergeten bent je dochter te katheteriseren, doe je dit alsnog op het moment dat je hierachter komt. Daarna houd je weer de afgesproken tijden aan.

## Wie kan ik bellen als ik een vraag heb of ergens over twijfel?

Neem bij twijfels of vragen over de handeling altijd contact op met de arts, verpleegkundige of verpleegkundig specialist.

Maak bij ontslag uit het ziekenhuis of op de polikliniek afspraken met wie en hoe je contact op kan nemen.