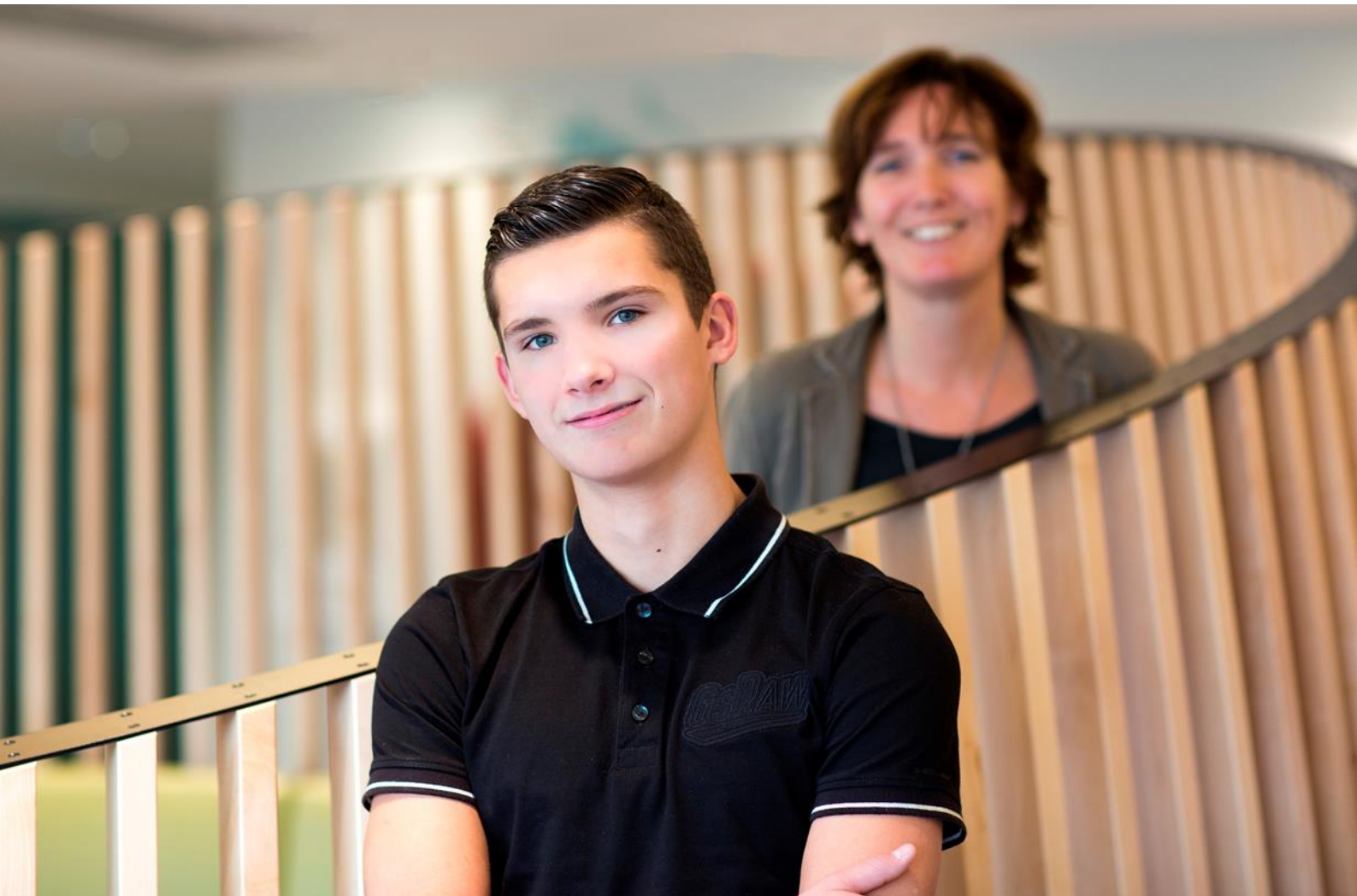


Katheteriseren jongen



Ouderinstructie
Eénmalig katheteriseren van je zoon

Katheteriseren jongen

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 zoon 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 zoon 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 zoon, 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 handen alcohol.
- 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 opgeknepen 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 zoon gaat katheteriseren.

Uitvoering

- Vraag of help je zoon 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.
- Schuif de voorhuid (indien aanwezig) terug tot de opening van de plasbuisuitgang zichtbaar is.
- Maak de eikel schoon met de natte gazen, wattenschijfjes, of washand: als eerste de rand om de eikel, als tweede de eikel zelf, als derde de opening van de plasbuisuitgang. Gebruik voor elke streek een nieuw gaas, wattenschijfje of schoon gedeelte van washand.
- Gooi de vuile gazen of wattenschijfjes in de afvalzak.
- Plaats het opvangbakje of de luier tussen de benen van je kind.
- Was je handen met water en zeep, of gebruik handen alcohol.
- Haal de katheter uit de verpakking, raak hierbij de onsteriele verpakking niet aan.
- Streck de penis met de andere hand in 90 graden recht omhoog en breng de katheter rustig in. Bij lichte weerstand breng je de penis in horizontale richting, richting tenen, en schuif je de katheter verder. Als er urine uit de katheter begint te lopen schuif je de katheter nog 1-2 centimeter door.

- 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.
- Rol de voorhuid (indien aanwezig) weer terug.
- Gooi de katheter in de afvalzak.

Afronding

- Vraag je zoon zich weer aan te kleden en help zo nodig.
- Vraag aan je zoon hoe hij het vond gaan. Zo geef je hem de gelegenheid om zijn 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 handentalcohol.
- 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 zoon 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

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

Weerstand tijdens inbrengen door sluitspier van blaas

Houd met katheter lichte druk op sluitspier, laat je zoon 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, of 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 zoon aan naar iets meer rechtop. Oefen geen druk uit.

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.

Afknellen van de penis (“Spaanse kraag”)

Schuif de voorhuid direct na het katheteriseren weer over de eikel om zwelling te voorkomen.

Indien dit niet lukt, neem je direct contact op met de kinderuroloog of verpleegkundig specialist kinderurologie.

Hoe kan ik mijn zoon helpen zich prettig te voelen tijdens de handeling?

Betrekken van je kind

Spreek een stopteken af met je zoon. Betrek hem bij de handeling.

Kinderen kunnen al jong mee helpen. Je kan bijv. je zoon vragen de katheter zelf te verwijderen. Vanaf 6-7 jaar kan je zoon het katheteriseren zelf leren.

Twee personen

Katheteriseer in het begin bij voorkeur met twee personen. Eén persoon ondersteunt of troost je zoon 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 zoon vast te (laten) houden en de handeling zo kort mogelijk te laten duren.

Leg uit waarom je dit doet, als je zoon hier groot genoeg voor is. Het is per leeftijd afhankelijk hoe je zoon 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 zoon katheteriseert. Katheteriseer hem het liefste elke keer op deze plek in het huis, dan weet hij waar hij aan toe is. Katheteriseer je zoon 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 zoon en waar hij 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 zoon. Sommige kinderen hebben controle nodig. In dat geval kunnen de volgende tips helpen:

- Laat je zoon meehelpen waar mogelijk.
- Laat je zoon zelf kiezen of hij 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 zoon zingen, tellen, het alfabet op zeggen, muziek luisteren of een fantasieverhaal schrijven.

Hoe blijft mijn zoon vertrouwen hebben in mij als ouder?

Benoemen

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

Oogcontact en vriendelijke gezichtsuitdrukking

Probeer zoveel mogelijk een vriendelijke gezichtsuitdrukking te laten zien. Je zoon 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 zoon kan gewoon naar school en naar de opvang. Afhankelijk van je persoonlijke situatie en de tijden waarop je zoon 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 zoon kan helpen de klasgenoten te informeren.

In bad/douchen/zwemmen/sporten?

Je zoon 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 zoon 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 zoon.

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 zoon 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.