

## Dilateren door zelfkatheterisatie

Uw uroloog heeft met u besproken dat u gaat beginnen met het dilateren van de plasbuis door zelfkatheterisatie. De verpleegkundige heeft u uitleg gegeven over de werkwijze van het zelfkatheteriseren en heeft u een informatiefolder meegegeven. In deze folder staat de werkwijze nog eens kort beschreven zodat u de informatie rustig kunt nalezen.

### Algemeen

Het dilateren van de plasbuis gebeurt omdat er een vernauwing in de plasbuis zit, ook wel strictuur genoemd. Dit is ontstaan door een beschadiging van het slijmvlies waarmee de plasbuis is bedekt. Het ontstane littekenweefsel vernauwt de plasbuis en de urinestraal wordt minder krachtig. U bent hier al eens aan geholpen. De vernauwingen kunnen steeds terug keren. Om dit te voorkomen, begint u met het dilateren van de plasbuis door zelfkatheterisatie.

### Werkwijze zelfkatheterisatie

- Goede (hand)hygiëne;
- Maak de katheter klaar zoals u dat geleerd heeft;
- Probeer nog even te plassen en breng daarna de katheter in. Forceer hierbij niets, ga voorzichtig te werk;
- Laat de katheter ongeveer twee tot drie minuten zitten;
- Daarna de katheter verwijderen en weggooien.

### Schema voor katheteriseren

3 maanden	2 x per dag
3 maanden	1 x per dag
3 maanden	2 x per week
3 maanden	1 x per week

Het kan zijn dat uw uroloog een ander schema voor katheteriseren heeft afgesproken. Volg dan het schema wat voor u is besproken.

Als u merkt dat de urinestraal weer minder krachtig wordt, voert u de frequentie van katheteriseren weer tijdelijk op. Als de urinestraal hiermee verbetert, kunt u de frequentie van katheteriseren weer afbouwen tot één maal per week.

Soms lukt het inbrengen van de juiste katheter maat/charrière 18 (rood/ 6.0 mm) niet meer. Probeer dan eerst de dunneren maat/charrière 16 (oranje/ 5.3 mm) in te brengen om vervolgens alsnog maat/charrière 18 in te brengen. Voer daarna de frequentie weer tijdelijk op.

U komt na enige tijd weer op controle bij de uroloog.

### Wanneer neemt u contact op met polikliniek urologie?

- Als het plassen pijnlijk is, u vaker moet plassen en/of koorts heeft. Er kan sprake zijn van een urineweginfectie;
- Als het inbrengen van de katheter niet meer gaat;
- Als het katheteriseren pijnlijk is;
- Als er langere tijd bloed bij de urine te zien is. Soms is er een beetje bloed bij de urine te zien, dit kan op zich geen kwaad en dient binnen een paar dagen weer minder te worden. Probeer extra te drinken zodat uw blaas en plasbuis goed doorgespoeld worden.

Tijdens kantooruren belt u met de polikliniek urologie en buiten kantooruren met de spoedeisende hulp.

#### Almelo

Zilvermeeuw 1  
Postbus 7600  
7600 SZ Almelo

#### Hengelo

Geerdinksweg 141  
Postbus 546  
7550 AM Hengelo

 [facebook.com/ZGTinfo](https://facebook.com/ZGTinfo)

 [twitter.com/ZGT\\_info](https://twitter.com/ZGT_info)

 [linkedin.com/company/zgt](https://linkedin.com/company/zgt)

 [youtube.com/user/ZGTinfo](https://youtube.com/user/ZGTinfo)

 [zgt.nl](https://zgt.nl) - [zgt.nl/mijnzgt](https://zgt.nl/mijnzgt)

### **Polikliniek urologie**

Telefoonnummer 088 708 33 90

### **Spoedeisende hulp**

Telefoonnummer 088 708 78 78.

### **Tot slot**

Deze folder betreft een algemene voorlichting en is bedoeld als extra informatie naast het gesprek met uw behandelend specialist. Bijzondere omstandigheden kunnen tot wijzigingen aanleiding geven. Dit wordt altijd door uw uroloog aan u kenbaar gemaakt. Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u op werkdagen contact opnemen met de polikliniek urologie.

### **Check uw dossier op MijnZGT**

MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van uw medisch dossier inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij voor u hebben klaargezet. Kijk voor meer informatie op: [zgt.nl/mijnzgt](https://zgt.nl/mijnzgt).