

## **Zorg rondom verblijfskatheter 2**

### **Urinezak leegmaken + nachtzak aan- en afkoppelen (Doe het zelfzorg)**

#### **Wat is een blaaskatheter?**

In overleg met uw behandelend arts is besloten om een blaaskatheter in te brengen. Een blaaskatheter is een slangetje dat via de plasbuis (urethra) in de blaas wordt geplaatst, zodat urine rechtstreeks kan worden afgevoerd.

De urine stroomt via de katheter naar een opvangzak. U hoeft dus niet te plassen op het toilet wanneer u een katheter heeft. De katheter wordt vervangen door uw verpleegkundige, uw arts of de thuiszorgverpleegkundige.

In het begin kan het voorkomen dat u soms blaaskrampen hebt, het gevoel hebt dat u moet plassen of dat er urine lekt rondom de katheter. U hoeft zich hierover niet ongerust te maken. Deze klachten verdwijnen na enkele dagen. Verdwijnen deze klachten niet dan meld dit (tijdens kantooruren) aan uw verpleegkundige of arts. Merkt u dit 's nachts of in het weekend, dan kan dit wachten tot de volgende morgen of tot na het weekend.

#### **Leefregels en adviezen**

Wanneer u een blaaskatheter heeft, is het belangrijk om de juiste leefregels te volgen om infecties te voorkomen en ervoor te zorgen dat de blaaskatheter goed functioneert.

#### ***Wat moet u doen om infecties te voorkomen?***

- Was uw handen met water en zeep vóór en na het aanraken van de katheter of urinezak.
- Reinig de huid rond de plasbuis en de katheter twee keer per dag met lauw water. Gebruik geen agressieve zeep of crèmes.
- Probeer elke dag een douche of bad te nemen.
- Drink voldoende (1,5 tot 2 liter per dag) om de blaas goed door te spoelen.
- Probeer veel vezelrijke voeding te eten zoals: vers fruit, groenten en volkorenbrood. Dit om verstopping(constipatie) te voorkomen. Een volle darm kan op de katheter drukken en het afvloeien van urine verhinderen.
- Zorg voor voldoende beweging. Wandelen en andere vormen van dagelijks bewegen bevorderen de werking van de blaas. Belangrijk is dat er geen trekkracht op de katheter komt te staan.

#### **Zorg dat de katheter goed doorloopt. Controleer onderstaande wanneer er geen lozing van urine is.**

- Controleer regelmatig of er geen knik in de slang zit.
- Houd de urinezak altijd lager dan uw blaas, zo kan de urine gemakkelijk wegvloeden.
- Leeg de urinezak regelmatig, voordat deze te vol raakt (bij voorkeur wanneer deze voor driekwart gevuld is).

#### **Materialen**

U hebt een startpakket van MediReva ontvangen. Hierin zit een kleine voorraad van de materialen die u nodig heeft. Zijn de materialen bijna op, dan kunt u deze bestellen via MediReva. Dit kan via de app, website of tijdens kantooruren telefonisch. Zie voor meer informatie de folders in het startpakket.

## Hoe maak je de urinezak leeg?

Wacht niet te lang met het leegmaken van de urinezak. Leeg de katheterzak wanneer hij ongeveer driekwart vol is.

Het legen van de urinezak moet hygiënisch gebeuren.

1. Pas handhygiëne toe.
2. Plaats de afvoerkraan van de urinezak boven het toilet of andere opvangbak (oude maatbeker of dergelijke).
3. Klap het hefboompje omlaag om urinezak te openen.
4. Sluit de afvoerkraan na het ledigen door het hefboompje weer omhoog te doen.
5. Controleer of de kraan goed dicht is om lekken te voorkomen.
6. Veeg de afvoerkraan met een schoon doekje of desinfecterend middel af.



*Op de foto in het midden staan het ventiel OPEN. Op de foto rechts staat het ventiel DICHT.*

## Hoe koppel je een nachtzak aan en af?

De urine die uit de blaas komt, wordt opgevangen in een urinezak. Hiervoor wordt overdag alleen een dagzak gebruikt. Voor de nachten wordt er een nachtzak aangesloten op de dagzak. Het doorkoppelen van een dagzak naar een nachtzak en andersom gebeurt elke keer op dezelfde manier.

**Werkwijze aankoppelen van nachtzak**

1. Pas handhygiëne toe.
2. Leg alle spullen (handdoek, nachtzak, evt. bedhanger) binnen handbereik.
3. Controleer of het kraantje van de nachtzak dicht is (hefboompje naar boven).
4. Sluit de nachtzak aan op de afvoerkraan van de dagzak.
5. Open het kraantje van de dagzak (hefboompje naar beneden).

De dagzak mag losgemaakt worden van het been en naast u neer worden gelegd. Kan de bedhanger niet aan het bed? Leg de nachtzak dan in een emmer naast het bed. Zorg dat de nachtzak lager ligt dan het matras.



### **Werkwijze afkoppelen van nachtzak**

- Pas handhygiëne toe.
- Leg alle spullen (handdoek, afvalzak, papieren doekje) binnen handbereik.
- Sluit het kraantje van de dagzak (hefboompje naar boven).
- Maak de nachtzak los.
- Maak het aansluitpunt droog met een papieren doekje.
- Leeg de nachtzak in de toilet.
- Spoel de nachtzak door met water en leg of hang hem te drogen.

### **Vervangen van nachtzak**

Een nachtzak moet u 1 keer per week vervangen.

Vervang deze vaker als de zak:

- beschadigd is;
- moeilijk leeg te maken is;
- gaat stinken.

### **Instructievideo: Qufora urinezakken**

<https://www.youtube.com/watch?v=0fMfc9zUaHY>

### **Wanneer neemt u met wie contact op?**

- Als er geen urine in de zak komt (zie leefregels/adviezen).
- Als u koorts boven de 38.5 graden Celsius heeft.
- Als uw urine niet helder is.
- Als u bloed in de urine heeft. De Urine is dan roze of rood.
- Als u pijn heeft bij de katheter.
- Als de katheter is uitgevallen

Bij deze complicaties en andere medische vragen moet u contact opnemen met de polikliniek Urologie, T: (0475) 38 22 41.

### **Vragen?**

Heeft u vragen over de instructie dan mag u contact opnemen met de Doe het zelfzorg via e-mail: [doehetzelfzorg@lzm.nl](mailto:doehetzelfzorg@lzm.nl) of tel: 06-15529938.

Laurentius Ziekenhuis  
Oranjelaan 4  
6043 GL Roermond  
[www.lzm.nl](http://www.lzm.nl)

Patiëntencommunicatie Laurentius Ziekenhuis  
34207620 - ApM - augustus 2026