



NAAR HUIS MET EEN SONDE

DOOR DE ONDERBUIK

INHOUD

01	Inleiding	4
02	De sonde	4
03	De urinezak	5
04	Het kraantje	7
05	Dagelijkse zorg	8
06	Levensstijl	10
07	Kostprijs	10
08	Hulpmiddelen	11
09	Nevenwerkingen	12
10	Speciale zorgen	13
11	Alarmtekens	15

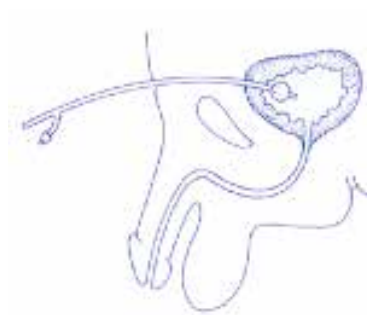
01 INLEIDING

In deze brochure krijgt u advies over de verzorging van en het leven met een sonde door de onderbuik. U vindt hier algemene informatie, dus mogelijk is niet alles op u van toepassing. Hebt u nog vragen, spreek dan de verpleegkundigen van de polikliniek of verpleegafdeling of uw behandelende arts aan.

02 DE SONDE

Uw arts heeft een tijdelijke of blijvende verblijfssonde voorgeschreven.

Een verblijfssonde is een soepel, dun buisje dat door de onderbuik in de blaas geschoven wordt (= suprapubische sonde, figuur 1). Deze sonde blijft langere tijd in uw blaas zitten. De sonde is verbonden met een urinezak of met een kraantje (figuur 2).



Figuur 1: Sonde doorheen de onderbuik bij een man (afbeelding van www.continence-foundation.org.uk)



Figuur 2: Kraantjes

03 DE URINEZAK

Als de sonde verbonden is met een urinezak, is uw blaas continu leeg. Dat wil zeggen dat elke druppel urine die de nieren produceren door de sonde naar buiten vloeit.

Wanneer u met de sonde naar huis gaat, krijgt u van de verpleegkundige een beenzak. Dit is een urinezak die u op uw been kunt dragen, onder uw kledij. Onderaan de beenzak zit een kraantje om de zak leeg te maken.

De beenzak legen



Figuur 3: De urinezak leegmaken in het toilet

U moet de beenzak om de vier tot zes uur legen of wanneer de zak voor tweederde gevuld is. Dat doet u door een voet op de rand van het toilet te zetten. U richt de kraan op de toiletpot en opent ze (figuur 3).

Waar draagt u de beenzak?



Figuur 4: Kraantje weggestoken in de kous

U kunt de beenzak op uw bovenbeen of onderbeen dragen. De lengte van de leiding en de beenriempjes zijn aanpasbaar. U kunt dus een rok of korte broek dragen als u de beenzak op het bovenbeen draagt. Draagt u de beenzak op het onderbeen, steek dan het kraantje in uw kous zodat het niet zichtbaar is wanneer u gaat zitten (figuur 4).

Nachtzak



Voor het slapengaan verbindt u het uiteinde van de beenzak met een nachtzak. De nachtzak is een zak waar twee liter urine in kan, zodat u 's nachts niet moet opstaan om de zak leeg te maken. U mag in geen geval de verbinding tussen de sonde en de beenzak openen om een nachtzak aan te koppelen (figuur 5).

Figuur 5: Verboden te ontkoppelen aan de sonde

Nadat u de nachtzak met de beenzak verbonden hebt, opent u het kraantje van de beenzak zodat de urine van de beenzak in de nachtzak kan doorlopen (figuur 6).

U mag de beenzak losmaken van uw been en naast u in bed leggen. De nachtzak legt u het best op de grond naast uw bed. Let wel op dat het kraantje van de nachtzak gesloten is. Tip: leg de nachtzak in een waskom naast uw bed. Als u het kraantje zou vergeten dichtzetten, loopt de urine niet op de vloer.



Figuur 6: De beenzak doorkoppelen naar de nachtzak

's Ochtends sluit u het kraantje van de beenzak en maakt u de nachtzak los. U maakt de nachtzak leeg in het toilet. Vervolgens spoelt u de nachtzak door met water (figuur 7) en hangt u ze te drogen. De volgende avond gebruikt u de nachtzak opnieuw.

U kunt eenmaal per week de nachtzak met water en azijn doorspoelen om de urinegeur te verminderen (200 ml water en 100 ml azijn).



Figuur 7: De nachtzak doorspoelen met water

Wisseling en terugbetaling

U mag de sonde enkel ontkoppelen om de oude beenzak te verwijderen en een nieuwe aan te koppelen. Er is terugbetaling voorzien voor 20 been- en 20 nachtzakken per drie maanden. U kunt dus om de vijf dagen de oude beenzak verwisselen voor een nieuwe. Ook de nachtzak kunt u om de vijf dagen wisselen.

04 HET KRAANTJE

Heeft de arts aan het uiteinde van de sonde een kraantje laten bevestigen, dan moet u zelf op gezette tijdstippen uw blaas leegmaken. Uw blaas zal zich gewoon vullen. In plaats van te plassen, opent u het kraantje om de blaas te laten leeglopen (figuur 8 en figuur 9).



Figuur 8: Kraantje open



Figuur 9: Kraantje gesloten

Voelt u plasdrang, ga dan naar het toilet om uw blaas te laten leeglopen door het kraantje te openen.

Voelt u geen plasdrang meer, open dan elke vier tot zes uur het kraantje om uw blaas te ledigen. 's Nachts mag u een nachtzak aan het kraantje koppelen. Zo hoeft u niet op te staan om uw blaas te ledigen (figuur 10).



Figuur 10: Nachtzak aan kraantje

05 DAGELIJKSE ZORG

Insteekplaats ontsmetten

U moet de insteekplaats ter hoogte van de onderbuik elke dag reinigen met fysiologisch water. U mag ook een waterige of alcoholische ontsmettingsstof gebruiken, maar dat is niet strikt noodzakelijk als de insteekplaats geen tekenen van ontsteking vertoont.

Verband

De sonde kleeft u vast met een gevensterd verband uit niet-geweven verbandstof. Merknamen van dit type verbandstof zijn Hypafix® of Fixomul®. U knipt een strook verbandstof van 8-10 cm op 15 cm. Op ongeveer 4 cm van het uiteinde knipt u een venster van 2 cm doorsnede (figuur 11).



Figuur 11: Een gevensterd verband knippen

De insteekplaats van de sonde komt ter hoogte van het venstertje. De lange zijde van het verband kleeft u over het verloop van de sonde. Over de insteekplaats van de sonde kleeft u een gaasverbandje (figuur 12).



Figuur 12: Verband suprapubische sonde

Het afdekkend verband met venstertje moet u minstens elke week wisselen. U moet de sonde dan op de andere kant van de buik fixeren zodat zich geen 'wild vlees' of drukletsel kan vormen ter hoogte van de insteekplaats. Dus als u de sonde de ene week links op uw buik kleeft, doet u dat de andere week rechts.

Douchen

U mag douchen met een sonde door de onderbuik. Dat doet u zo:

- ▲ Verwijder het afdekkend verband.
- ▲ Gebruik tijdens het douchen geen zeep ter hoogte van de insteekplaats van de sonde.
- ▲ Dep de insteekplaats na het douchen droog met een schone handdoek.
- ▲ Ontsmet (zoals hierboven beschreven) en brengt een schoon verband aan.

Wanneer u een douche neemt, steekt u de urinezak in een plastic zak, zodat de buitenzijde niet nat wordt. Ook nu mag u de sonde niet ontkoppelen van de beenzak.

Sonde wisselen

Als u voor langere tijd een sonde krijgt, moet die na 6 tot 12 weken verwisseld worden. Een verpleegkundige kan de oude sonde verwijderen en een nieuwe plaatsen.

06 LEVENSTIJL

Het is belangrijk om voldoende te drinken om urineweginfecties te voorkomen. Drink elke dag minstens 1,5 liter water. Zo zorgt u ervoor dat de kiemen die in uw blaas terechtkomen, uitgespoeld worden.

07 KOSTPRIJS

Been- en nachtzakken

De been- en nachtzakken worden terugbetaald als u een doktersattest hebt. Apothekers kunnen wel een kleine opleg vragen van enkele euro's. De been- en nachtzakken kunt u ook bestellen bij een bandagist.

Kraantje

Het kraantje wordt niet terugbetaald. Het kost ongeveer 8 euro.

Verbandzorg

Als een thuisverpleegkundige voor de verbandzorg instaat, krijgt u dit volledig terugbetaald, mits u een doktersattest hebt.

Sonde verwisselen

Als een thuisverpleegkundige of uw huisarts de sonde verwisselt, moet u die zelf kopen bij de apotheker. De sonde kost ongeveer 10 euro en wordt niet terugbetaald. Plaatsing van de sonde door een thuisverpleegkundige wordt wel terugbetaald. Als de huisarts de sonde verwisselt, betaalt u de doktersconsultatie. Laat u de sonde in het ziekenhuis verwisselen, dan moet u hiervoor op consultatie gaan bij een uroloog. Het ziekenhuis betaalt de sonde en u betaalt de consultatie bij de uroloog en ongeveer 10 euro voor het wisselen van de sonde. De exacte prijs kunt u opvragen bij de hoofdverpleegkundige van de polikliniek.

08 HULPMIDDELEN

Volgende hulpmiddelen zijn niet noodzakelijk, maar kunnen handig zijn. Ze worden niet terugbetaald.

Beenzakhouder

U kunt de beenzak met een beenzakhouder dragen in plaats van met beenriempjes (figuur 13). Zo'n houder kost ongeveer 15 euro (voor 2 stuks).



Figuur 11: Beenzakhouder

Bedhaak

De nachtzak kunt u ophangen aan een bedhaak zodat hij niet op de grond hoeft te liggen. Deze bedhaak wordt vaak gratis geleverd bij de nachtzakken.

'Kousenbandje'

Sommige firma's leveren een soort 'kousenbandje' waarmee u de sonde of de beenzak ter hoogte van het been nog eens extra kunt fixeren zonder dat u een kleefpleister moet gebruiken.

09 NEVENWERKINGEN

Een sonde heeft enkele vervelende nevenwerkingen. Het blijft een vreemd voorwerp in uw lichaam, iets dat er eigenlijk niet hoort te zitten. Laat u niet afschrikken door onderstaande opsomming. U zal hoogstwaarschijnlijk niet met alle nevenwerkingen te maken krijgen. Of u er last van krijgt en hoe erg verschilt van persoon tot persoon en is onvoorspelbaar. Spreek met uw arts als u last hebt van een of meerdere nevenwerkingen.

Blaaskrampen

Blaaskrampen zijn pijnlijke samentrekkingen van de blaas. U kunt ook voortdurend het gevoel hebben dat u moet gaan plassen. Soms hebt u op dat moment last van urineverlies naast de sonde of door de plasbuis. De blaaskrampen worden meestal veroorzaakt door de blaassonde. De blaas wil dit vreemd voorwerp immers uit de blaas duwen.

U drinkt het best minimum 1,5 liter water per dag om de blaaskrampen te verminderen. Zijn de klachten te erg, dan kan de arts medicatie voorschrijven om uw blaas rustiger te maken. U moet de inname van deze medicatie wel stopzetten op de dag dat de blaassonde verwijderd wordt. Zo niet zal uw blaas nadien een minder grote samentrekkingskracht hebben.

Urineweginfectie

Met een blaassonde loopt u een groter risico om urineweginfecties te ontwikkelen. Als u symptomen van een blaasontsteking en koorts hebt, start de uroloog antibiotica op. Deze symptomen zijn urineverlies naast de sonde of door de plasbuis, troebele urine, plasdrang en mogelijk bloed bij de urine.

Als u een sonde met een kraantje hebt, verbind dan de sonde met een urinezak en laat het kraantje openstaan. Dit zorgt ervoor dat de kiemen die u een ontsteking bezorgen uit de blaas gespoeld worden. Een warme, vochtige omgeving met een vreemd voorwerp erin (=de sonde) is immers een ideale broedplaats voor kiemen.

Wanneer u geen blaassonde meer hebt, wijzen volgende tekenen op een blaasontsteking:

- ▲ Pijnlijk plassen
- ▲ Dikwijls moeten plassen
- ▲ Kleine plasjes
- ▲ Haast hebben om op tijd op het toilet te geraken
- ▲ Soms bloed bij de urine of koorts

10 SPECIALE ZORGEN

Verstopte sonde

Tekenen die kunnen wijzen op een verstopte sonde zijn:

- ▲ Plasdrang
- ▲ Opgezette onderbuik
- ▲ Aanhoudende pijn in de onderbuik
- ▲ Geen urine als het kraantje openstaat
- ▲ Geen urine in de urinezak
- ▲ Urineverlies naast de sonde of door de plasbuis

Bij erg troebele urine of urine met vlokken erin, kan de sonde ook verstopten. In dit geval verwittigt u de thuisverpleegkundige of de huisarts zodat de sonde kan gespoeld worden.

Urineverlies naast de sonde of door de plasbuis

Hebt u last van urineverlies naast de sonde of door de plasbuis, dan is het mogelijk dat de sonde of de leiding van de urinezak afgeklemd is, waardoor de urine niet kan aflopen. U kunt ook last hebben van blaaskrampen of een urineweginfectie.

Een dikkere sonde laten plaatsen is meestal geen oplossing voor het urineverlies naast de sonde.

Sonde valt uit

Bel de polikliniek Urologie of kom naar de Spoedgevallendienst als de sonde per ongeluk uitvalt of uitgetrokken wordt. Als u de sonde kreeg na een operatie aan de blaas of de plasbuis is ze essentieel voor de genezing en het slagen van de operatie. Een uroloog moet de blaassonde dan zo snel mogelijk opnieuw plaatsen.

Werd de sonde om andere redenen dan een blaasoperatie of operatie aan de plasbuis geplaatst, dan mag u niet langer dan vier uur wachten. De blaas zal zich ondertussen vullen en na enige tijd krijgt u pijnlijke plasdrang of raakt uw blaas overrekt.

Als de thuisverpleegkundige of huisarts toevallig op dat moment bij u thuis zijn, kunnen ze een sonde voor eenmalig gebruik in de insteekopening steken. Nadien plaatst een zorgverlener de gepaste sonde. Zo voorkomt u dat u naar het ziekenhuis moet komen om opnieuw een prik te krijgen om een sonde door de onderbuik te plaatsen.

Seksualiteit

Een sonde kan uw seksualiteit en intimiteit sterk beïnvloeden. Een sonde door de onderbuik is technisch gezien geen bezwaar om seks te hebben. Het is wel mogelijk dat u of uw partner het moeilijk hebben om een bevredigend seksleven te hebben met de sonde.

U kunt de sonde en het kraantje minder zichtbaar maken door aangepaste lingerie te dragen, zoals een korset of een hoge slip. Zo zorgt u er ook voor dat er niet per ongeluk aan de sonde getrokken wordt.

Als u een sonde hebt die verbonden is met een beenzak waarlangs de urine continu afvloeit, kunt u de arts vragen of u een kraantje mag plaatsen tussen de sonde en de beenzak. Zo kunt u de sonde tijdens de seks afsluiten met het kraantje en de beenzak verwijderen.

Jaarlijkse controle bij de uroloog

Hebt u een sonde voor lange tijd en wordt de sonde door de huisarts of thuisverpleegkundige gewisseld, dan moet u minstens één keer per jaar op controle komen bij de uroloog.

'Wild vlees'

Door wrijving van de sonde kan 'wild vlees' (=hypergranulatie) rond de insteekplaats ontstaan. Dat gebeurt vaak omdat de sonde onvoldoende of niet vastgekleefd is. Wild vlees moet enkel behandeld worden wanneer de insteekplaats pijn doet of bloedt. De thuisverpleegkundige of de huisarts stipt de insteekplaats dan aan met zilvernitraat.

11 ALARMTEKENEN

Verwittig dringend uw (huis)arts bij volgende symptomen:

- ▲ Hoge koorts ($\geq 38,5^{\circ}\text{C}$)
- ▲ Rillingen
- ▲ Lage bloeddruk
- ▲ Snelle pols
- ▲ Verwardheid
- ▲ Kortademigheid

Over bloed in de urine hoeft u zich weinig zorgen te maken. Dat is niet abnormaal. Weet ook dat één druppel bloed in de urine, de urine al de kleur van roséwijn geeft.

Verpleegafdeling Urologie

Ingang 50, route 615

T +32 (0)9 332 27 61

Polikliniek Urologie

Ingang 71, route 710

T +32 (0)9 332 22 76

Deze brochure werd enkel ontwikkeld voor gebruik binnen het UZ Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vervaelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het UZ Gent.

Universitair Ziekenhuis Gent

C. Heymanslaan 10 | B 9000 Gent

T +32 (0)9 332 21 11 | E info@uzgent.be

www.uzgent.be

Volg ons op

