



# Intermittente sondage aanleren bij meisjes

informatie voor patiënten

INLEIDING	3
CI(S)C OF INTERMITTENTE SONDAGE: WAT IS DAT PRECIES?	4
NORMALE WERKING VAN DE URINEWEGEN	5
WAAR LOOPT HET SOMS MIS?	6
DOET SONDEREN PIJN?	8
SONDEREN KUN JE LEREN	9
WANNEER VERWITTIG JE EEN ARTS OF HET ZORGTEAM?	15
AANKOOP EN TERUGBETALING MATERIAAL	15
EVALUATIE VAN DE TECHNIEK	17
CONTACTGEGEVENS	19

De zorgverleners in het ziekenhuis hebben al heel wat informatie gegeven over de sondage die jullie als ouders zullen toepassen bij je kind. Met deze infobrochure willen we jullie nog een **extra houvast** bieden.

In dit boekje vind je **meer uitleg** over wat intermitterende sondage precies is en hoe dit een plek kan krijgen in jullie dagelijkse leven. Je vindt er ook de verschillende stappen van de sondagetechniek, info over waar je het nodige materiaal kan bekomen en enkele aandachtspunten waar je op moet letten.

Stap voor stap zullen we de techniek **oefenen tijdens een dagopname of verblijf** in het ziekenhuis.

Ook **andere mantelzorgers** dan de ouders (bv. grootouders of andere familieleden, zorgverleners van het kinderdagverblijf of de school) zijn zeker en vast welkom op dit praktisch infomoment.

Achteraan in deze infobrochure kun je ook de sondagevolumes en het gewicht van de luiers bijhouden. Het is handig als je dit invult en meebrengt naar de volgende raadpleging.

Hebben jullie nog vragen? Aarzel dan niet om contact op te nemen via de contactgegevens achteraan in de brochure.

Het zorgteam kinderurologie



# CI(S)C OF INTERMITTENTE SONDAGE: WAT IS DAT PRECIËS?

**Sonderen of katheteriseren** is het leegmaken van de blaas met een sonde of katheter. In medische termen wordt dit ook wel CI(S)C genoemd: *clean intermittent (self) catheterization*. Dat betekent dat de blaas op gepaste tijdstippen hygiënisch zal worden leeggemaakt.

## Waarom is sondage nodig?

Intermittente sondage kan toegepast worden op alle leeftijden. De voornaamste redenen zijn:

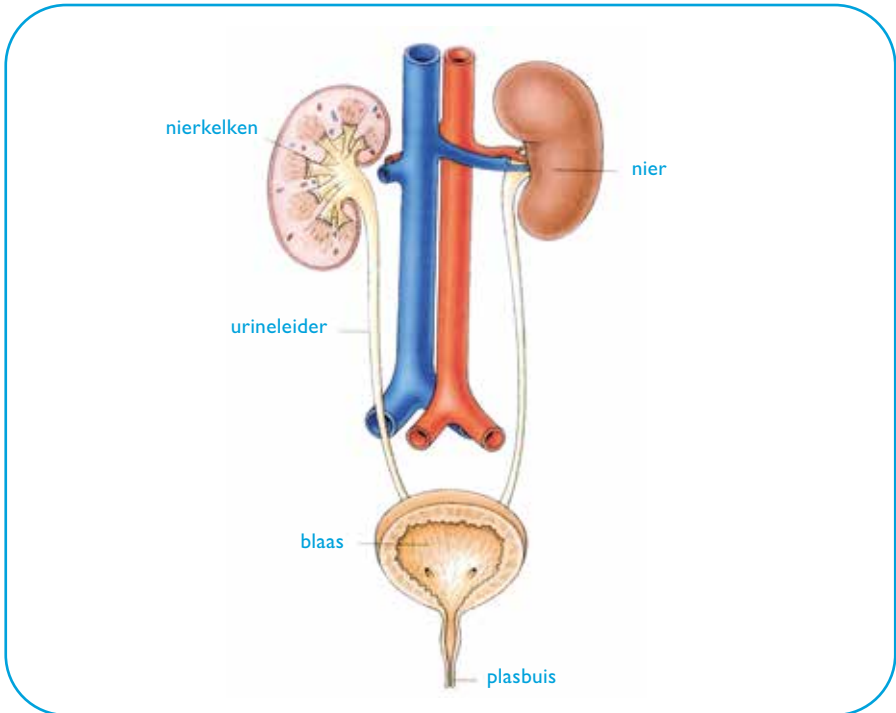
- ❁ Onvolledige lediging van de blaas (veroorzaakt infecties)
- ❁ Te hoge druk in de blaas (veroorzaakt blaas- en nierschade)
- ❁ Ongecontroleerd urineverlies

Soms is het sonderen tijdelijk, maar andere kinderen en volwassenen moeten voor de rest van hun leven gesondeerd worden.

De arts bespreekt met jullie waarom sondage bij jullie kind nodig is.



# NORMALE WERKING VAN DE URINEWEGEN



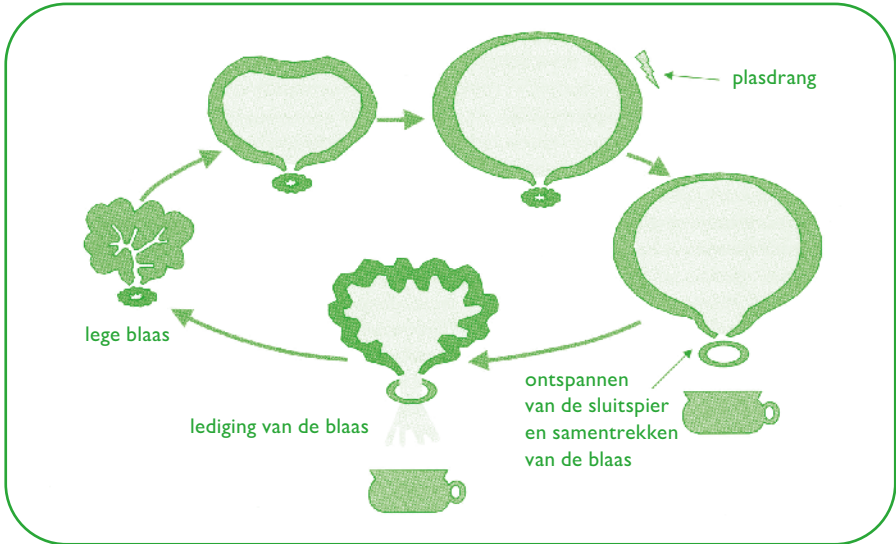
Urine wordt geproduceerd door de nieren en gaat via de urineleiders (ureters) naar de blaas, die dient als opslagplaats.

De grootte en de vorm van de urineblaas en het volume dat de blaas kan opslaan, verschillen van persoon tot persoon. De blaas van kinderen groeit uiteraard mee naarmate ze ouder worden.

Een lege blaas kun je vergelijken met een platte, lege ballon. Stilaan vult de blaas zich met urine en ziet die eruit als een ronde ballon.



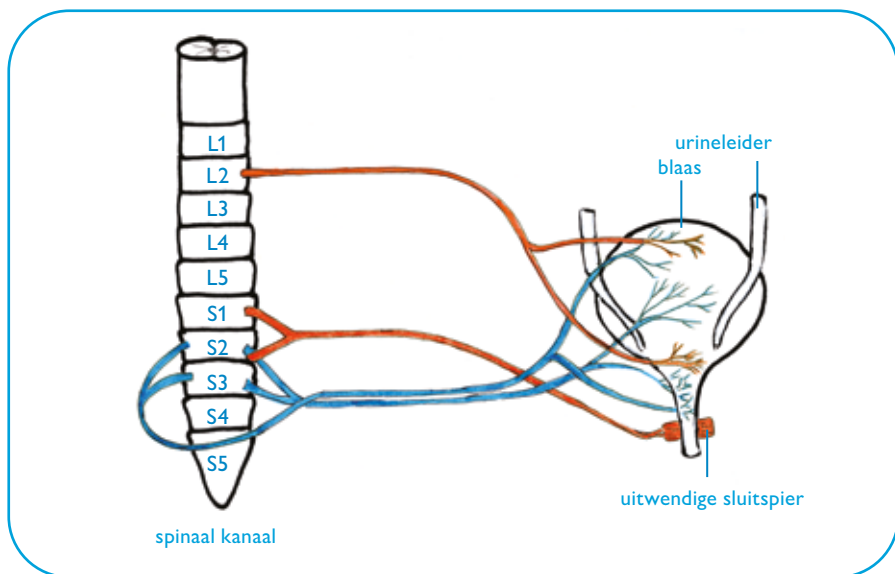
Wanneer de ballon goed gevuld is, moet je plassen. De hersenen geven dan een signaal aan de sluitspier om zich te ontspannen en tegelijkertijd trekt de blaasspier samen zodat de blaas zich ledigt.



## WAAR LOOPT HET SOMS MIS?

### Neurogene blaas

Soms is er een **aangeboren aandoening** (bv. spina bifida) of **aangeworven aandoening** (bv. trauma) en spreken we over een neurogene blaas. Het signaal van de hersenen naar de sluitspier en de blaasspier is dan verstoord, waardoor je niet altijd aanvoelt wanneer de blaas vol is. Soms is er een miscommunicatie, met als gevolg dat de blaas op een verkeerd moment samentrekt en de sluitspier op een verkeerd moment ontspant of andersom.



## Niet-neurogene neurogene blaas

Soms gebeurt het dat ook **zonder neurogene aandoening** de sluitspier zich niet helemaal goed ontspant wanneer dat nodig is, waardoor de urine terug van de blaas naar de nieren loopt (vesico-urethrale reflux). In dat geval heb je een niet-neurogene neurogene blaas.



## DOET SONDEREN PIJN?

Meestal hebben kinderen en volwassenen met een neurogene blaas beschadigde zenuwbanen en bijgevolg **gevoelsstoornissen, waardoor ze sondages niet voelen**. Anderen voelen het plaatsen en doorschuiven van de katheter wel, maar ervaren dat niet als pijnlijk. Het is normaal dat je kind even moet wennen aan de nieuwe situatie.

Het kan dat er soms wat bloed (slijm, lichtroze kleur) in de katheter zichtbaar is na de sondage. Meestal wordt dit veroorzaakt door wrijving over het slijmvlies van de urethra. Dat is meestal onschuldig. Als dit aanhoudt, kun je contact opnemen met de huisarts of de verpleegkundig consulent.





## SONDEREN KUN JE LEREN

De techniek (CIC) is geen steriele handeling, maar moet wel **hygiënisch schoon** gebeuren. Daarom is het heel belangrijk om een aantal richtlijnen te volgen:

- ✓ Voor elke sondage de handen **wassen met water en vloeibare zeep**. Droog de handen met een handdoekje dat enkel hiervoor gebruikt wordt (geen handdoek die door andere gezinsleden gebruikt wordt).
- ✓ Elke dag de **intieme zone** van je kind één keer **grondig wassen**. Tussendoor kun je vochtige doekjes gebruiken.
- ✓ Voor elke sondage een nieuwe katheter gebruiken. Elke katheter is bedoeld voor **eenmalig gebruik**.
- ✓ Voor de katheter wordt ingebracht, mag de **tip van de katheter** niets anders aanraken.

Om de blaas volledig leeg te maken en de urineweg zo weinig mogelijk te kwetsen, is de dikste katheter die in de plasbuis past de beste keuze. Naargelang de leeftijd van je kind zal er dan ook een andere maat van sonde worden aangeraden. Dit bespreekt de arts of verpleegkundige samen met jullie.

Leeftijd	CH (dikte van de katheter)
0-1 jaar	8
1-8 jaar	10
8-12 jaar	12
12 jaar	14



## De techniek stap voor stap

### STAP 1: hygiëne

Elke dag wordt de **intieme zone** één keer **grondig gewassen**. Daarna hoef je je kind alleen in het geval van stoelgangverlies nog schoon te maken met een vochtig doekje.

Was je handen grondig met water en vloeibare zeep.

### STAP 2: klaarleggen van het materiaal

Leg de katheter en het opvangmateriaal (bv. een nieuwe luier of een potje) al klaar of binnen handbereik.

Gebruik voor elke sondage een nieuwe katheter: elke katheter is bedoeld voor **eenmalig gebruik**. Voor de katheter wordt ingebracht, mag de **tip van de katheter** niets anders aanraken.

### STAP 3: inbrengen van de katheter

Open de verpakking van de katheter. Hou de schaamlippen goed uit elkaar met je niet-dominante hand. Zorg ervoor dat het plasgaatje goed zichtbaar is.

Breng de katheter in met je dominante hand. Schuif deze rustig op. **Bij weerstand zeker niet doorduwen**. De weerstand wordt mogelijk veroorzaakt door de sluitspier. Schuif de katheter daarom een centimeter terug en probeer voorzichtig opnieuw.

#### STAP 4: ledigen van de blaas

Zodra er urine begint te vloeien, schuif je de katheter nog één centimeter dieper op om zeker te zijn dat al de openingen of drainagegaatjes van de katheter in de blaas zitten.

#### STAP 5: verwijderen van de katheter

Als de urine stopt met vloeien, verwijder je de katheter stapsgewijs, centimeter per centimeter tot er geen urine meer komt. Dan mag je de katheter verwijderen.

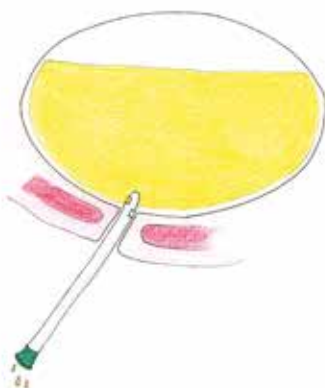
#### STAP 6: afval weggooien

Werp de gebruikte katheter bij het restafval.

#### STAP 7: handen opnieuw wassen



Insteken van de katheter



Verwijderen van de katheter



## Praktische tips



- ✓ Zorg voor afleiding tijdens het katheteriseren. Bij baby's of jonge kinderen lukt dit het best met iets wat licht geeft of speelgoed dat geluid maakt.
- ✓ Elke katheter is voor eenmalig gebruik.
- ✓ Leg bij een baby of bedlegerig kind het verzorgingskussen met het hoofdeinde wat hoger dan de voeten. Zo garandeer je dat je de blaas zeker volledig ledigt.
- ✓ Spreid de schaamlippen goed, zodat de plasopening zichtbaar wordt.
- ✓ Bij het aflopen van de urine, richt je de katheter zeker naar beneden voor een optimale lediging.

## Hoe vaak moet je sonderen?

Als je de techniek goed beheerst, zal de blaas meestal vijf keer per dag moeten leeggemaakt worden. Zo geef je de blaas wat meer rust bij een hoge druk. In de ideale situatie sondeer je om de drie à vier uur. Dit wordt toegelicht door de verpleegkundige tijdens de dagopname of door de arts op de raadpleging.

Bij een baby is het makkelijker als je sondeert vooraleer je een flesje geeft. Nadien kan je het kind met het flesje sussen. Stel dat je baby in slaap valt tijdens het drinken van het flesje, hoef je haar niet meer wakker te maken voor de sondage.



- ✿ Je ledigt de blaas een eerste keer bij het opstaan en een laatste keer vlak voor het slapengaan.
- ✿ De andere sondagemomenten verdeel je over het dagschema, dat op weekdays kan verschillen van weekenddagen.
- ✿ 's Nachts maken de nieren automatisch minder urine aan en hoef je dus niet te sonderen. Wel is het belangrijk de laatste uren voor het slapengaan minder te drinken. Na bijvoorbeeld een feestje kan het soms wel nodig zijn om 's nachts de wekker te zetten en te sonderen.

### Voorbeeldschema

Opstaan	Voormiddag	Middag	Namiddag	Voor het slapengaan
7 uur	10 uur	13 uur	16 uur	19 uur

### Medicatie

Bij jullie kind wordt ook een **anticholinergica** opgestart: een geneesmiddel dat inwerkt op het gladde spierweefsel van de blaas. Deze medicatie zal regelmatig worden aangepast door de arts op basis van het gewicht van je kind.

Die medicatie heeft als doel om:

- ⊙ de overactiviteit van de blaas te verminderen.
- ⊙ een veilige druk in de blaas te bekomen, met minder kans op vesico-urethrale reflux.
- ⊙ de blaascapaciteit te vergroten.

## WANNEER VERWITTIG JE EEN ARTS OF HET ZORGTEAM?

- ✿ Als je kind aangeeft plots pijn te hebben tijdens het sonderen.
- ✿ Als het sonderen steeds moeilijker gaat.
- ✿ Als er meerdere dagen na elkaar bloed te zien is.
- ✿ Als de urine slecht ruikt of er troebel uitziet.
- ✿ Als je kind onverklaarbare koorts heeft. Hierbij laat je het best ook meteen een urinestaal controleren.

## AANKOOP EN TERUGBETALING MATERIAAL

Kinderen onder de 18 jaar vallen onder het derdebetalersysteem en hebben recht op een terugbetaling van maximum 8 katheters per 24 uur.

Bij ontslag uit het ziekenhuis zul je een ingevuld [attest \(Bijlage II\)](#) mee naar huis krijgen voor de terugbetaling. Dit attest stuur je op in een gesloten omslag t.a.v. de adviserend geneesheer of steek je in de brievenbus van je ziekenfonds.

Het is belangrijk om de bestelling van de katheters zo snel mogelijk in orde te brengen. Vanuit het ziekenhuis krijg je voldoende katheters mee om de eerste dagen te kunnen sonderen.



Je kunt dit materiaal op twee manieren aankopen:

- **Je bestelt het materiaal bij je apotheek.**

Het is mogelijk dat je de katheters eerst zelf moet betalen. De goedkeuring van de adviserend geneesheer van je ziekenfonds volgt nog wel. Wacht voor de terugvordering van het aankoopbedrag tot na deze goedkeuring. Het dossier dient eerst in orde te zijn.

- **Je bestelt het materiaal bij een firma die aan huis levert.**

De verpleegkundige zal de firma contacteren en de nodige gegevens alvast doorgeven. Deze firma neemt nadien contact op met jullie om verdere afspraken te maken en materiaal te leveren. De firma regelt voor jullie kosteloos alle administratieve taken. Je mag het attest (Bijlage II) aan hun overhandigen in plaats van dit op te sturen naar het ziekenfonds. Als de katheters bijna opgebruikt zijn, contacteert de firma jullie automatisch voor een nieuwe levering.

→ Het duurt gemiddeld twee tot drie weken vooraleer je de goedkeuring van het ziekenfonds ontvangt.

→ De goedkeuring wordt per post en/of digitaal naar jullie verstuurd. Zodra je die hebt ontvangen, stuur je dit document (of een dubbel exemplaar) meteen naar de apotheek of naar de firma die materiaal aan huis levert. Het is belangrijk dat u deze machtiging zelf bewaart en telkens meeneemt naar de apotheek.



## EVALUATIE VAN DE TECHNIEK

Ongeveer een week na het aanleren van de sondagetechniek zal de verantwoordelijke verpleegkundige opnieuw contact met jullie opnemen om te horen hoe het sonderen thuis gaat. Aarzel niet om vragen te stellen. Als jullie dat wensen, kan er ook een extra raadpleging gepland worden.

Verder raden we aan om de gesondeerde volumes en het verlies in de luier bij te houden in een sondagedagboek.

### Voorbeeld sondagedagboek

Datum: ..... / ..... / .....

Uur van sondage	Gewicht van de luier voor sondage (= totale gewicht - gewicht van de nieuwe luier)	Gesondeerd volume (in ml) of gewicht van de luier (in gram)	Hoeveelheid drank	Opmerkingen
7 uur	50 g	100 g		
7.30 uur			150 ml melk	



Datum: .... / .... / ....

Uur van sondage	Gewicht van de luiervoor sondage (= totale gewicht - gewicht van de nieuwe luiervoor sondage)	Gesondeerd volume (in ml) of gewicht van de luiervoor sondage (in gram)	Hoeveelheid drank	Opmerkingen

Datum: .... / .... / ....

Uur van sondage	Gewicht van de luiervoor sondage (= totale gewicht - gewicht van de nieuwe luiervoor sondage)	Gesondeerd volume (in ml) of gewicht van de luiervoor sondage (in gram)	Hoeveelheid drank	Opmerkingen

# CONTACTGEGEVENS



Je kunt steeds telefonisch of via e-mail terecht bij:

## **Verpleegkundig consulent kinderurologie**

- Jolien Delestinne
- 016 34 60 46
- [zorgteam.kinderurologie@uzleuven.be](mailto:zorgteam.kinderurologie@uzleuven.be)

## **Conventieverpleegkundige spina bifida**

- Imana Truyers
- 016 34 01 05
- [imana.truyers@uzleuven.be](mailto:imana.truyers@uzleuven.be)



© november 2024 UZ Leuven

Overname van deze tekst en illustraties is enkel mogelijk na toestemming van de dienst communicatie UZ Leuven.

Ontwerp en realisatie

Deze tekst werd opgesteld door de dienst kindergeneeskunde in samenwerking met de dienst communicatie.

Met dank aan Greet Mommen voor de illustraties bij de sondeertechniek.

U vindt deze brochure ook op [www.uzleuven.be/brochure/700025](http://www.uzleuven.be/brochure/700025).

Opmerkingen of suggesties bij deze brochure kunt u bezorgen via [communicatie@uzleuven.be](mailto:communicatie@uzleuven.be).

Verantwoordelijke uitgever


UZ Leuven

Herestraat 49

3000 Leuven

tel. 016 33 22 11

[www.uzleuven.be](http://www.uzleuven.be)

 my nexuz health



Raadpleeg uw medisch dossier  
via [nexuzhealth.com](http://nexuzhealth.com)  
of download de app

