

## Verpleegkundig spreekuur continentiezorg

Uw behandelend uroloog heeft u doorverwezen naar het verpleegkundig spreekuur continentiezorg waar u met al uw vragen terecht kunt. In deze folder leest u hier meer over.

Sommige mensen hebben last van het ongewild verliezen van urine, ook wel urine-incontinentie genoemd. Anderen kunnen juist niet goed uitplassen en daardoor blijft er urine achter in de blaas, dan spreken we over urine-residu. De zorg voor urine-incontinentie en urine-residu heet continentiezorg. De meeste mensen praten hier niet gemakkelijk over. Velen schamen zich voor hun plasproblemen en het onderwerp is nog steeds een groot taboe.

### Urine-incontinentie

Het ongewild verliezen van urine komt vaker voor dan u wellicht denkt. Vijf procent van de Nederlandse bevolking heeft er dagelijks last van. Dit houdt in dat een op de twintig volwassenen het legen van de blaas onvoldoende onder controle heeft. Sommigen verliezen telkens enkele druppels urine, anderen een hele plas.

Aangezien mensen niet zo gemakkelijk praten over incontinentie (dat geldt misschien nog meer voor mannen dan vrouwen) zoeken ze het liefst zelf naar hulpmiddelen zoals inlegkruisjes of maandverband. Er zijn echter professionele opvangmaterialen die een grotere zekerheid bieden tegen geurtjes en doorlekken.

### Urine-residu

Ook het ongewild achter blijven van urine in de blaas komt bij veel mensen voor. We spreken dan van een blaasledigingsstoornis. Klachten die hierbij aanwezig kunnen zijn is het gevoel dat u steeds moet plassen of urineweginfecties.

### Wat doet een continetieverpleegkundige

De continetieverpleegkundige is een gespecialiseerd verpleegkundige. Zij biedt een luisterend oor en kan u begeleiden en adviseren.

Tijdens het verpleegkundig spreekuur continentiezorg kan zij u helpen bij de volgende zaken:

- Bespreken van de oorzaak van uw klachten en zoeken naar mogelijkheden om de gevolgen van uw incontinentie te verminderen. U kunt, eventueel samen met uw partner, met de continetieverpleegkundige in alle vertrouwen praten over uw klachten.
- Advies en informatie over incontinentiemateriaal en eventueel informatie over het verzorgen van de geïrriteerde huid indien dit een gevolg is van de incontinentie.
- Aanleren van zelfkatheterisatie als er ongewild urine achterblijft of als er een vernauwing in uw plasbuis is. De continetieverpleegkundige geeft voorlichting, adviezen, instructies en begeleiding bij het katheteriseren.
- Informeren over gebruik en bestellen van katheters en urineopvangzakken.
- Aanleren van het spoelen van de blaas in de thuissituatie.
- Zelfinjectie therapie bij impotentie

### Een afspraak maken

U kunt uitsluitend volgens afspraak terecht op het verpleegkundig spreekuur continentiezorg na verwijzing van uw medisch specialist

#### 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)

Een afspraak kunt u maken aan de balie bij de secretaresse of telefonisch via de polikliniek urologie. Deze is bereikbaar Op werkdagen tijdens kantooruren via telefoonnummer 088 708 33 90.

Het spreekuur van de continëntieverpleegkundige vindt plaats in:

- Ziekenhuislocatie Hengelo, polikliniek urologie, route 0.6
- Ziekenhuislocatie Almelo, polikliniek urologie, route 1.5

Bent u verhinderd voor de afspraak? Dan vragen wij u dit zo spoedig mogelijk door te geven bij de polikliniek urologie.

### **Tot slot**

Heeft u naar aanleiding van deze folder nog vragen, u kunt altijd contact opnemen met 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).