



# Thuis omgaan met been- en nachtzakken

U bent behandeld in Gelre ziekenhuizen en heeft een verblijfskatheter en been- en nachtzakken gekregen voor het opvangen van uw urine. In deze folder vindt u belangrijke informatie over hoe u thuis kunt omgaan met deze been- en nachtzakken.

## Algemene informatie

- Werk zo schoon mogelijk en was altijd uw handen!
- Voorkom het afknellen van de katheterslang.
- Gebruik beenzakjes totdat deze er vies uit gaan zien, of als deze afgekoppeld zijn geweest van de katheter. Koppel beenzakjes zo min mogelijk af in verband met infectiegevaar.
- Spoel de nachtzakken na het afkoppelen om met water met een klein scheutje azijn. Deze zakken kunt u weggooien als ze er vies uit gaan zien.
- Blijf voldoende drinken, zo'n 1,5 tot 2 liter per dag.
- De fixette kan gewassen worden op 60° C.
- U mag met katheter en beenzakje douchen.

## Het aantrekken van de fixette

- Trek de fixette aan als een kous om het been waar u de beenzak wilt dragen.
- Zorg er voor dat de rode streep aan de voorkant van uw been zit.
- Leg dan de beenzak op de fixette, boven de rode streep.
- Het is mogelijk om het aftapkraantje van de beenzak door de opening, halverwege de rode streep, naar buiten te brengen om zo gemakkelijk het zakje te kunnen legen.
- Sla de onderste helft van de fixette terug naar boven over het beenzakje (nu zit het zakje als het ware ingeklemd tussen de fixette).
- Was uw handen.
- Wissel het dragen van de fixette af met het dragen van de beenbandjes, gebruik bijvoorbeeld bij douchen de beenbandjes.

## Het legen van de beenzak

- Was uw handen.
- Houd het aftapkraantje in de toiletpot.
- Open het kraantje zoals u geleerd heeft en de urine zal uit het zakje lopen.
- Laat het zakje geheel leeglopen.
- Sluit het kraantje vervolgens weer.
- Maak het kraantje droog met een stukje toiletpapier. In het kraantje blijft altijd wat urine staan, zou u het niet nadrogen dan zult u merken dat u naar urine gaat ruiken, wat niet nodig is.
- Was uw handen.



## Het doorkoppelen van de nachtzak op de beenzak

- Was uw handen.
- Bevestig de nachtzak in de houder.
- Neem de slang van de nachtzak en duw deze in het aftapkraantje van de beenzak (**goed aandrukken**).
- Zet het kraantje vervolgens open zodat de urine de hele nacht via de beenzak in de nachtzak af kan lopen.
- Was uw handen.

## Het afkoppelen van de nachtzak

- Was uw handen.
- Sluit het kraantje van de beenzak.
- Hevel de urine die nog in de slang van de nachtzak zit in de nachtzak. Hiermee voorkomt u knoeien bij het afkoppelen.
- Trek de slang van de nachtzak uit het kraantje van de beenzak.
- Vervolgens kunt u de nachzak legen in het toilet.
- U kunt er ook voor kiezen eerst de nachzak te legen en vervolgens af te koppelen.

## Verwisselen van de beenzak

- Was uw handen.
- Laat het zakje leeg lopen in het toilet.
- Klem de katheter af met een kocher (speciaal klemmetje).
- Controleer of het kraantje van de nieuwe zak dicht staat.
- Verwijder de beschermhuls van het nieuwe zakje.
- Koppel het oude zakje los en gooi deze weg.
- Bevestig het nieuwe zakje aan de verblijfskatheter.
- Verwijder de kocher van de katheterslang.
- Was uw handen.

## Heeft u vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder vragen of zijn er problemen met de been- en nachtzakken? Neem dan gerust contact op met de continetieverpleegkundige. Indien de thuiszorg bij u komt voor het wisselen van de catheter dient u bij problemen contact op te nemen met uw thuiszorgorganisatie.

### Polikliniek Urologie

- Gelre Apeldoorn
- maandag t/m vrijdag 08.30-12.30 en 13.30-16.00
- tel: 055 - 581 18 14
- Bij spoed buiten kantooruren via 055 - 844 63 98

### Polikliniek Urologie

- Gelre Zutphen
- maandag t/m vrijdag 08.30-12.30 en 13.30-16.00
- tel: 0575 - 592 816
- Bij spoed buiten kantooruren via 0575 - 592 574