

FELIX & JULIA

GEEN PROBLEEM. GEWOON EEN ANDERE MANIER.

**UITLEG OVER
PLASSEN MET
EEN KATHETER**

★ **HOE JE HET DOET**

★ **HOE HET WERKT OP SCHOOL**

★ **PUZZELS EN TEKENINGEN**

★ **VRAAG EN
ANTWOORD**



Lofric®

FELIX & JULIA

GEEN PROBLEEM. GEWOON EEN ANDERE MANIER.

Dit boekje is voor jou geschreven. Hier staat alle informatie in die je nodig hebt om te beginnen met zelfkatheteriseren. Zelfkatheteriseren is een duur woord voor het legen van je blaas met behulp van een slangetje, een katheter.

FELIX EN JULIA ZIJN HIER OM JE OP WEG TE HELPEN

FELIX



Bijnaam: F

Leeftijd: 11 jaar

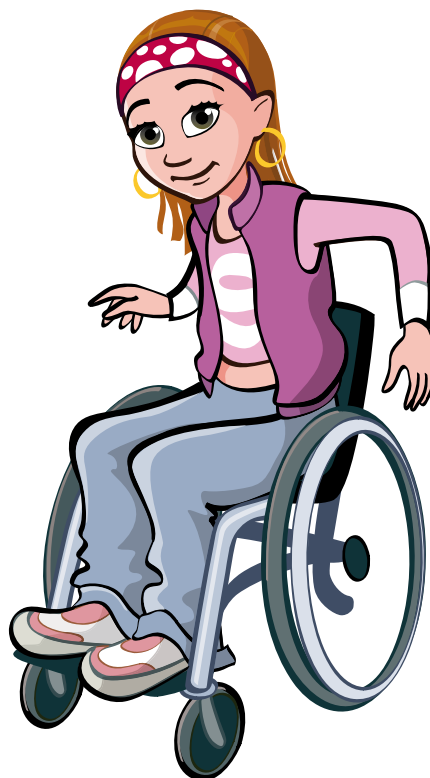
Favoriete vak: tekenen

Hobby's: zingen en zwemmen

Beste vriend: Tom

Bijzonderheden: als ik plas, blijft er soms iets achter in mijn blaas. Om alles er uit te krijgen en niet ziek te worden, plas ik op een iets andere manier.

JULIA



Bijnaam: Jools

Leeftijd: 12 jaar

Favoriete vak: rekenen

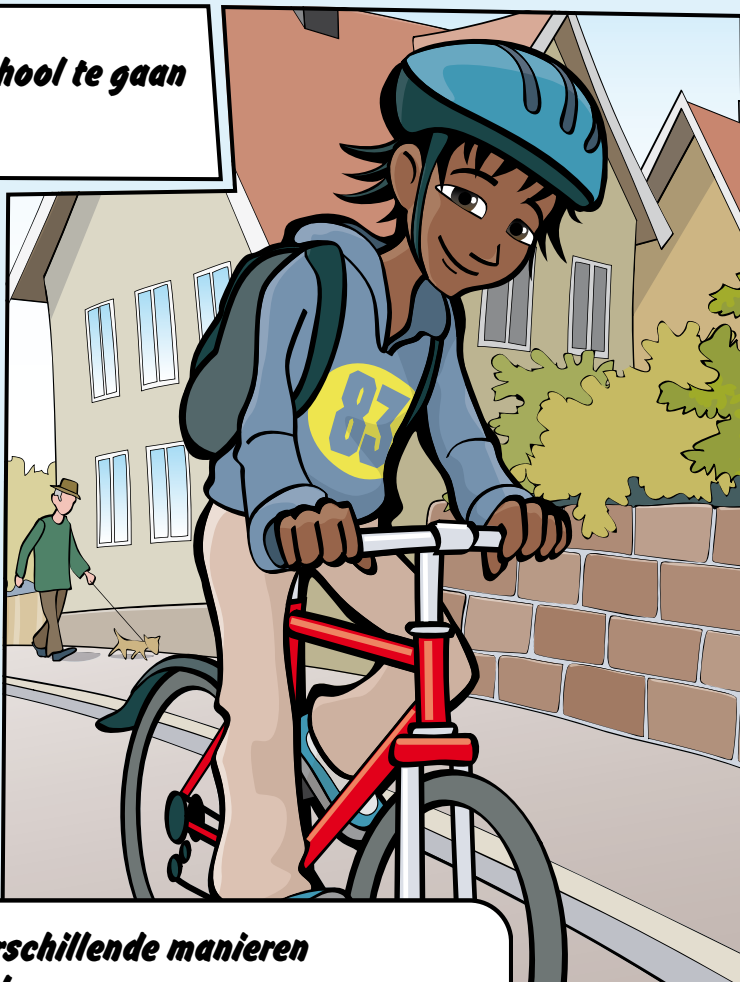
Hobby's: basketbal en chatten

Beste vriend: Alice

Bijzonderheden: ik ben geboren met een beschadigde ruggengraat, daarom zit ik in een rolstoel en plas ik op een andere manier.

Twee verschillende manieren om naar school te gaan

Sommige kinderen gaan met de fiets, anderen nemen de bus.

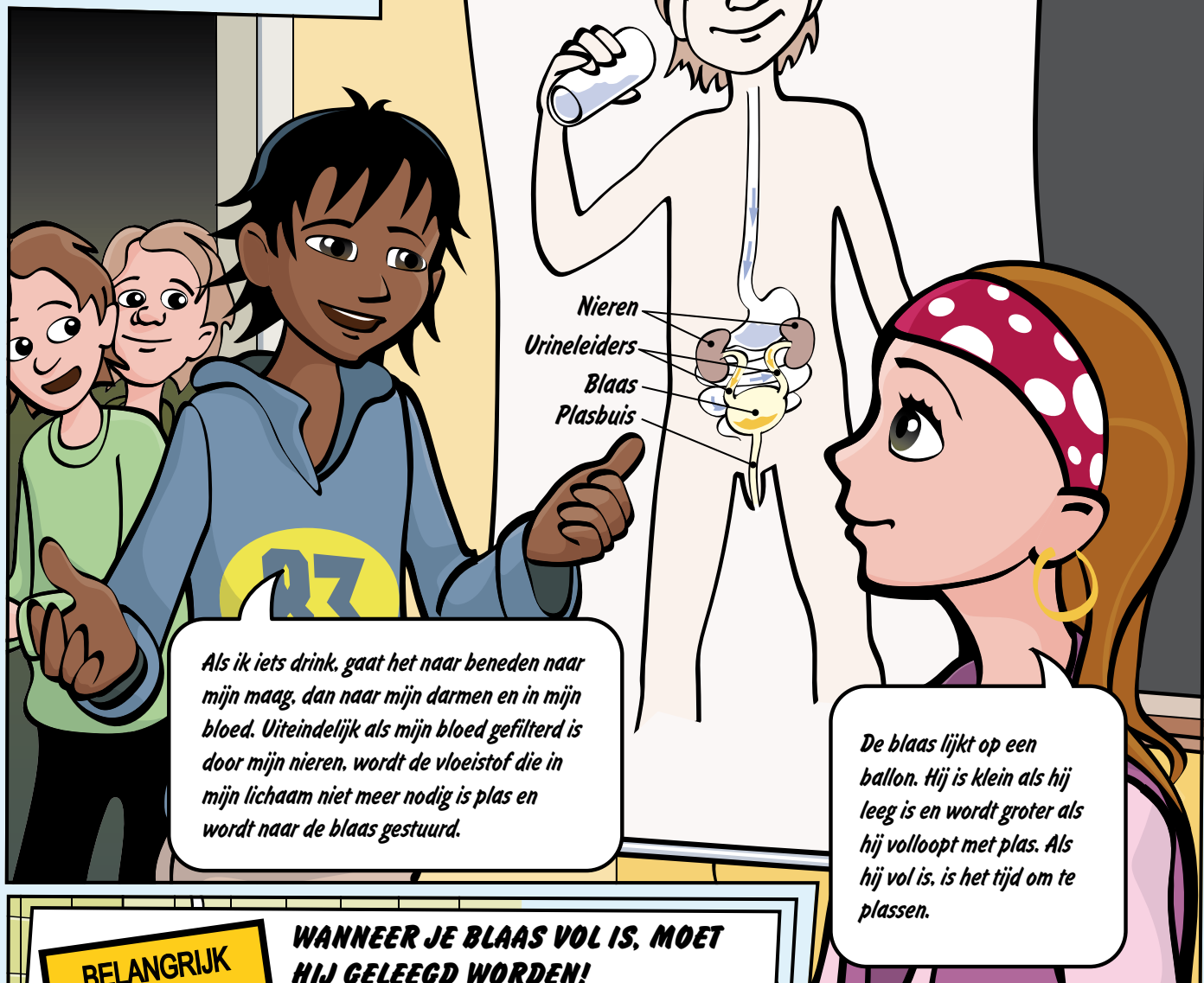


Twee verschillende manieren om te plassen

De meeste kinderen plassen rechtstreeks in de wc. Wij plassen met behulp van een katheter. Hier is niks raars aan. Dat is gewoon de manier hoe wij het doen.



VAN DRINKEN TOT PLASSEN

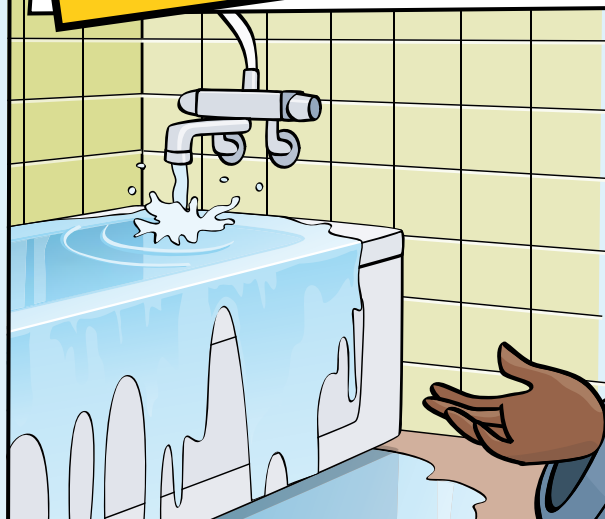


Als ik iets drink, gaat het naar beneden naar mijn maag, dan naar mijn darmen en in mijn bloed. Uiteindelijk als mijn bloed gefilterd is door mijn nieren, wordt de vloeistof die in mijn lichaam niet meer nodig is plas en wordt naar de blaas gestuurd.

De blaas lijkt op een ballon. Hij is klein als hij leeg is en wordt groter als hij volloopt met plas. Als hij vol is, is het tijd om te plassen.

BELANGRIJK

WANNEER JE BLAAS VOL IS, MOET HIJ GELEEGD WORDEN!



Als je water in een badkuip laat lopen die vol is, loopt hij over. Als je je blaas blijft vullen, raakt hij vol en gaat de plas of terug naar je nieren waardoor je ziek wordt of naar beneden waardoor de plas in je broek loopt. Je moet regelmatig gaan plassen, meerdere keren per dag, zoals de dokter heeft gezegd.



*Ik gebruik een klein slangetje als ik moet plassen.
Het is een LoFric® Sense™ katheter en het is heel
gemakkelijk te gebruiken.*

*Ik gebruik deze katheter als ik moet plassen.
Het is een LoFric® Origo™ katheter. Het zit in
een handige verpakking en is heel gemakkelijk
te gebruiken.*



ZO PLASSEN JONGENS

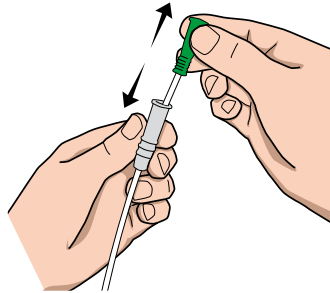
Het is niet moeilijk als je weet hoe het moet. Het is gewoon een beetje anders.



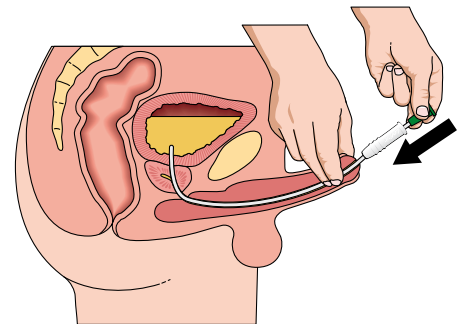
1. Je begint met het wassen van je handen.



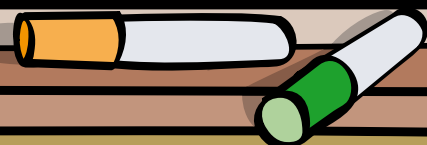
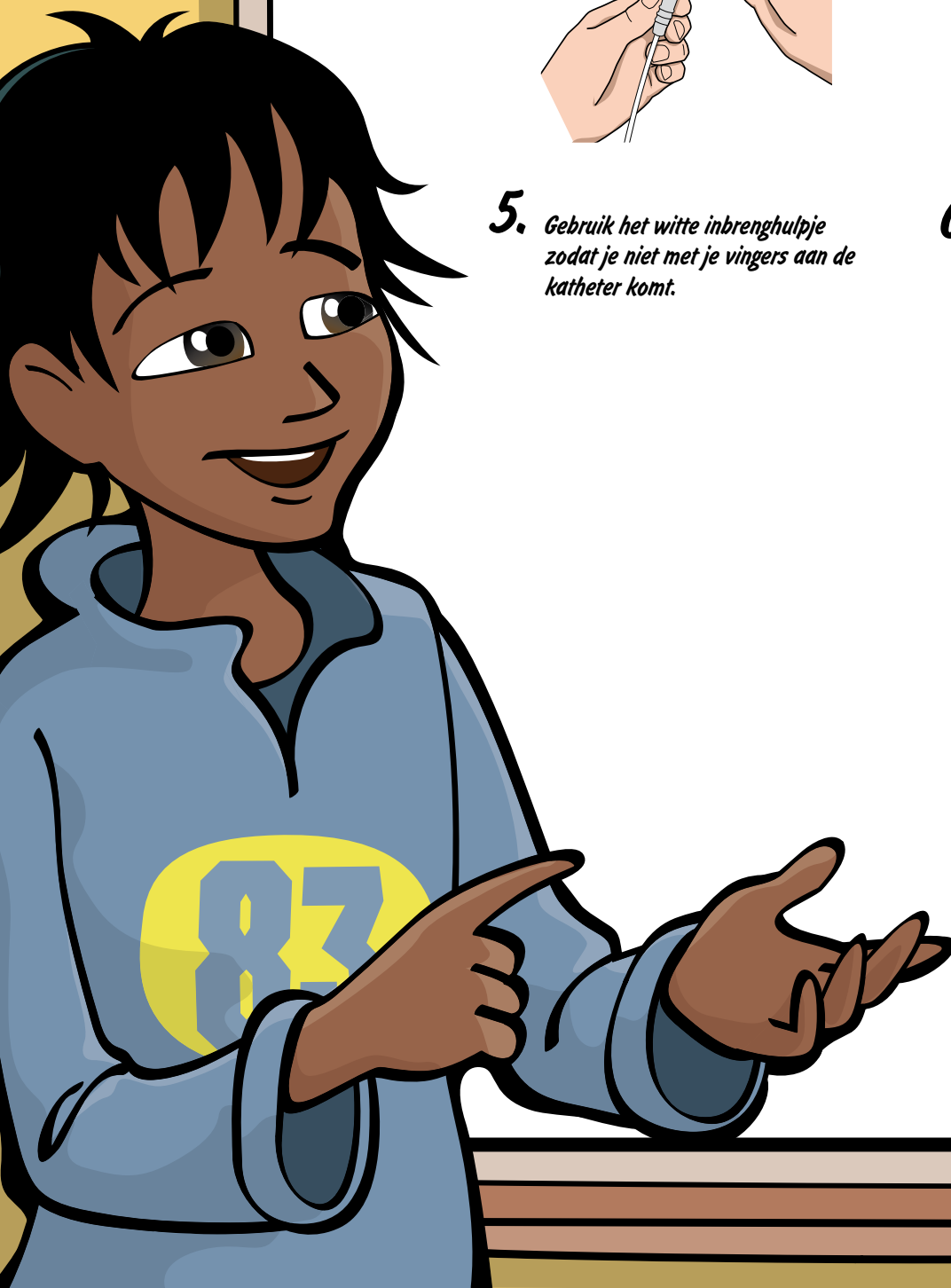
2. Een keer knijpen om het water toe te voegen en de katheter is klaar voor gebruik.

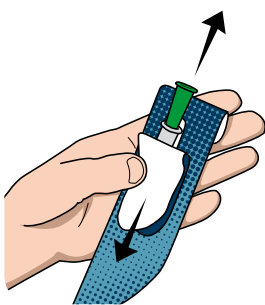


5. Gebruik het witte inbrenghulpje zodat je niet met je vingers aan de katheter komt.

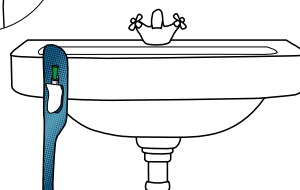
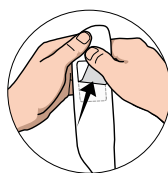


6. Nu ga je de katheter inbrengen. Houd de plasser omhoog als je de katheter langzaam in de plasbuis schuift. Als de katheter bij de sluitspier komt, kan het wat moeilijker gaan. Als je een keer zucht, kun je de katheter rustig doorschuiven.

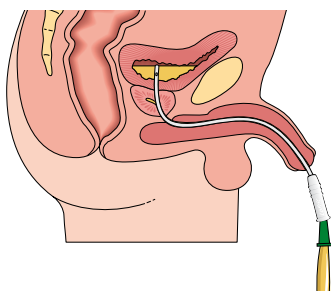




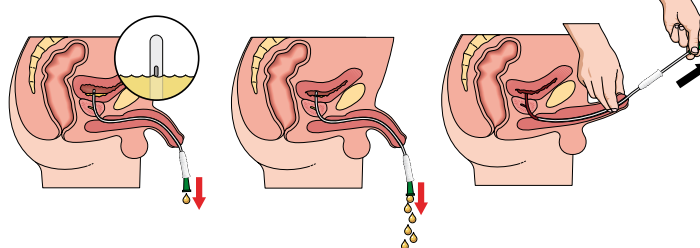
3. *Trek de verpakking open.*



4. *Gebruik de sticker op de achterkant om de katheter op te hangen, als je dat wilt.*



7. *Als de plas komt, richt je je plasser naar beneden en duw je de katheter nog iets verder naar binnen.**



8. *Nadat de laatste druppel plas uit de katheter is gekomen, trek je hem een klein stukje terug om ervoor te zorgen dat alle plas uit je blaas komt. Als je zeker weet dat de blaas leeg is, houd je je plasser weer omhoog. Trek de katheter er langzaam uit en gooi hem weg.*



9. *Was als laatste je handen.*

Dat is het!

** Als er geen toilet is, gebruik ik een katheter met een zak, de LoFric® Hydro-Kit™.*



ZO PLASSEN MEISJES

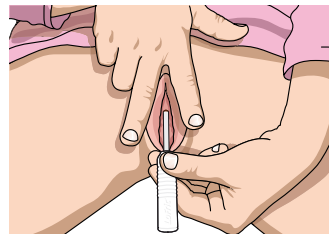
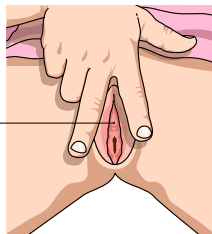
In het begin is het een beetje raar, maar het went snel.



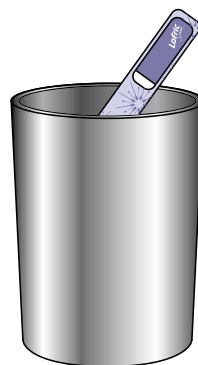
1. Je begint met het wassen van je handen.

2. Een keer per dag was je je spleetje en plasgaatje met (een milde) zeep. De andere keren hoef je alleen water te gebruiken. Zorg er wel voor dat je bij het wassen altijd van voor naar achter veegt.

Urethra



5. Nu ga je de katheter inbrengen. De opening van de plasbuis lijkt op een klein sterretje. In het begin is het soms moeilijk om het plasgaatje te vinden. Gebruik dan een spiegelkje. Het plasgaatje is het bovenste gaatje. Houd je schaamlippen opzij en schuif de katheter langzaam in je plasbuis. Als je bij de sluitspier komt, kan het wat moeilijker gaan. Als je een keer zucht, kun je de katheter rustig doorschuiven.

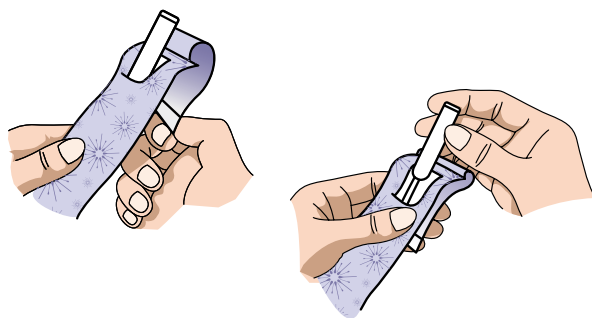


8. Stop de katheter terug in de verpakking en gooi deze weg in de afvalbak.

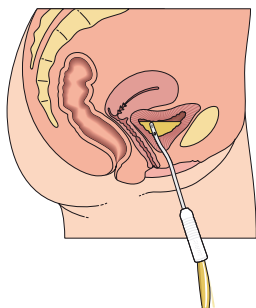




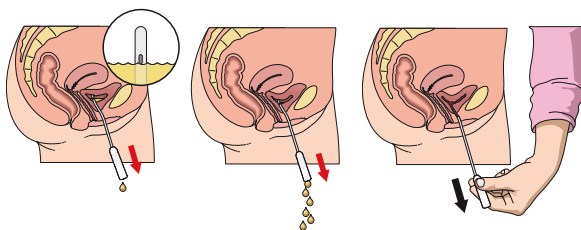
- 3.** *Knijp in het waterzakje en de katheter is klaar voor gebruik.*



- 4.** *Maak de verpakking open met behulp van het labeltje aan de voorzijde.*



- 6.** *Als de katheter in de blaas zit, komt de plas eruit.**



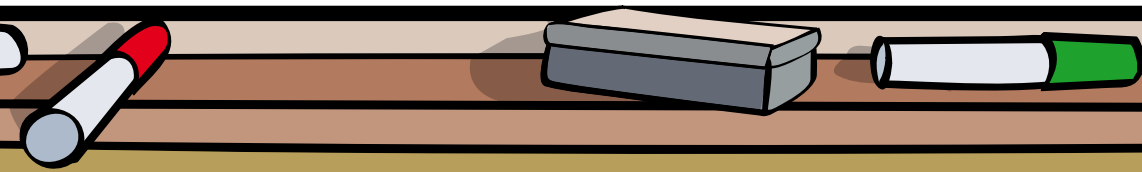
- 7.** *Als de laatste druppel plas er uit is, trek je de katheter er langzaam uit. Als er dan nog meer plas komt, stop je heel even. Als je zeker weet dat je blaas leeg is, trek je de katheter langzaam verder eruit.*



- 9.** *Was als laatste je handen.*

Het is veel gemakkelijker dan het lijkt.

** Omdat ik in een rolstoel zit, is het soms moeilijk om op de wc te plassen. Dan gebruik ik een katheter met zak, de LoFric® Hydro-Kit™.*



VRAAG EN ANTWOORD

Doet het pijn?

Julia: ik voel weinig doordat ik geen gevoel in mijn onderlichaam heb.

Felix: in het begin vond ik het vreemd voelen maar het deed geen pijn.

Kan ik iets verkeerd doen?

Felix: soms is het een beetje moeilijk om de katheter in te brengen. Wacht dan even, haal diep adem of hoest een beetje om je spieren te ontspannen.

Julia: als je een meisje bent en er komt geen urine dan kan het zijn dat de katheter in het verkeerde gaatje zit. Pak een nieuwe katheter en probeer het nog een keer.

Kan de katheter in mijn lichaam verdwijnen?

Julia: de katheter kan niet verdwijnen! De katheter kan nooit verder gaan dan de blaas.

Felix: de katheter kan geen gaatje maken in de blaas omdat de katheter buigt als deze de blaaswand raakt.

Is het niet voldoende om de blaas alleen 's ochtends en 's avonds te legen?

Felix: alleen als de dokter dat heeft gezegd anders niet. Als de urine te lang in de blaas blijft, worden er bacteriën gemaakt die je ziek kunnen maken.

Julia: andere kinderen plassen 5 tot 7 keer per dag. Wij zullen dat ook moeten doen.

Kan ik minder drinken om zo het aantal keer dat ik moet katheteriseren te verminderen?

Julia: nee, je lichaam heeft het water nodig om goed te kunnen blijven werken.

Felix: de urine spoelt de bacteriën weg.

Moet ik het aan mijn leraar vertellen?

Felix: het is goed als je leraar er van af weet, want soms heb je even hulp nodig.

Julia: voordat ik naar school ging hebben mijn ouders een gesprek gevoerd met mijn lerares. Ze is erg aardig en ze herinnert me er soms aan dat ik naar de wc moet.

Moeten mijn vrienden het weten?

Julia: iedereen ziet dat ik in een rolstoel zit, maar alleen mijn beste vriendin en mijn zwemleraar weten dat ik plas met een katheter.

Felix: je bepaalt zelf wie het mag weten. Ik heb het tegen sommige jongens op mijn voetbalclub verteld.

Kan ik nog mee op schoolreisjes?

Felix: ja natuurlijk. Neem wel genoeg katheters mee!

Julia: dat is geen enkel probleem. Meestal neem ik dan katheters met water en opvangzak mee als we ergens naar toe gaan waar geen wc in de buurt is.

Kan ik nog zwemmen?

Felix: natuurlijk kijk maar naar mij.

Julia: ja dat kan, ik vind het te gek!

**PUZZELS
★EN★
TEKENINGEN**

**ZOEK DE
VERSCHILLEN!**

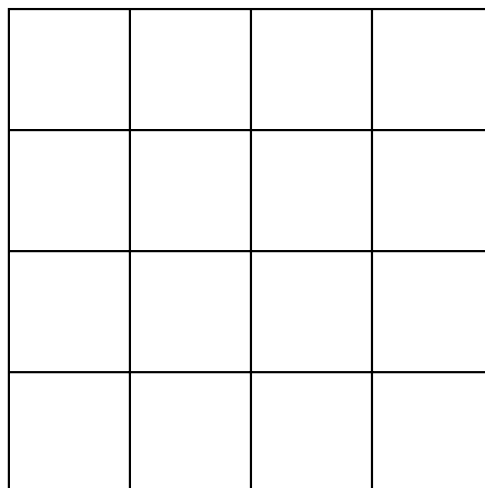
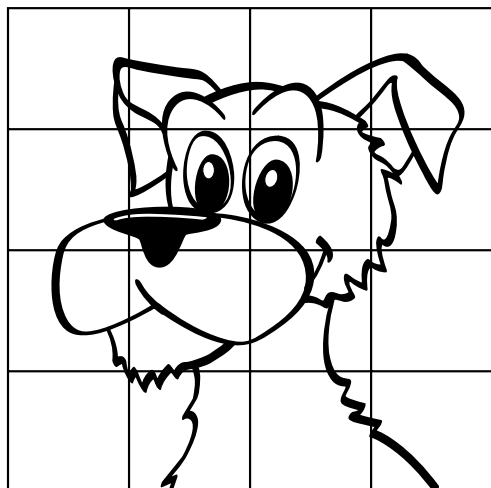
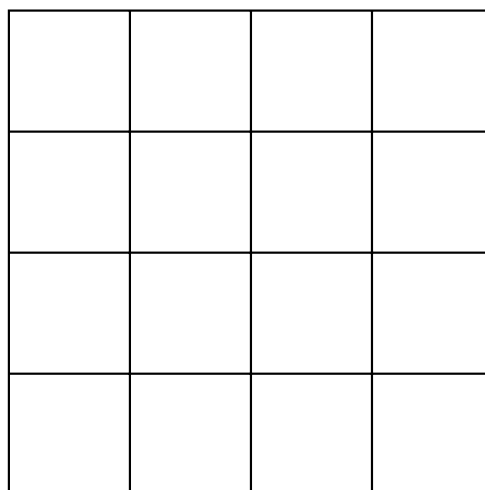
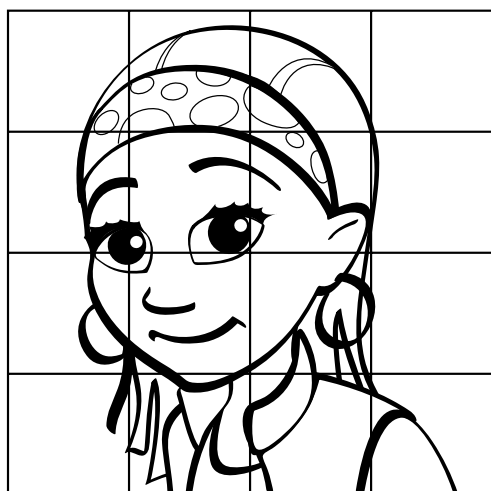
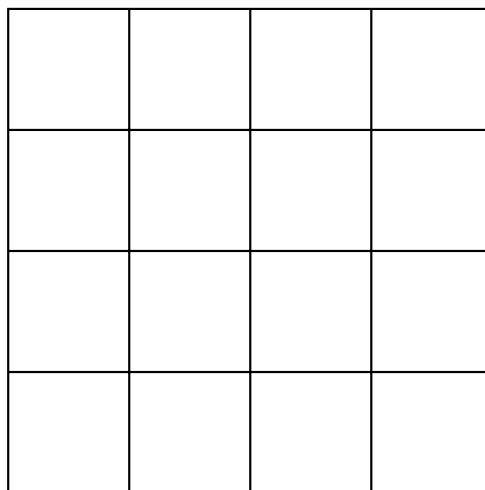
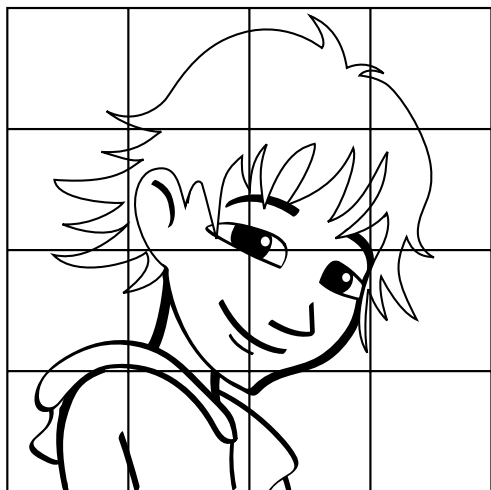
Kijk goed naar beide plaatjes. Het onderste plaatje is iets anders dan de bovenste. Zie jij de 5 verschillen?



Kleur of schilder de tekening met je lievelingskleuren.



Teken Felix, Julia en hun hond. Het is makkelijker om portrettekeningen te maken als je een ruitjesblad gebruikt. Teken ze vakje voor vakje na.



OVER MEZELF

MIJN NAAM IS _____

Ik gebruik een katheter _____ keer per dag. De eerste keer is als ik 's ochtends opsta en de laatste voor ik naar bed ga.

Ik gebruik LoFric® _____ maat (ch): _____

Kleur (dopje): _____ lengte: _____

BELANGRIJKE TELEFOONNUMMERS _____

Thuis: _____

Mama's werk: _____

Mama's mobiele nummer: _____

Papa's werk: _____

Papa's mobiele nummer: _____

Arts of verpleegkundige: _____

telefoonnummer: _____

Leraar: _____

telefoonnummer: _____

ZELFKATHETERISEREN MET LOFRIC - MAKKELIJK TE LEREN

Kinderen die niet zelf kunnen plassen, gebruiken vaak een katheter. Een katheter is een klein slangetje dat je in de plasbuis stopt om de urine uit de blaas te halen. De katheter die je gaat gebruiken heet LoFric en is verkrijgbaar in verschillende typen. Zo zien de verschillende LoFric katheters eruit:



LoFric®



**LoFric®
Sense**



**LoFric®
origo™**



**LoFric®
Hydro-Kit™**

**LET OP!
ERG GLAD.**

Alle LoFric katheters hebben een coating die de katheter erg glad maakt na het onderdompelen in water. De gladde coating zorgt ervoor dat je de LoFric katheter makkelijk in kan brengen en verwijderen. Je kan de LoFric katheter gebruiken om de blaas te legen op vaste tijden per dag. Dan kun je gewoon, net zoals altijd, naar school, spelen en sporten.

