# Continentieverpleegkundige

**Inleiding**
De continentieverpleegkundige is gespecialiseerd in de zorg voor en de begeleiding van mensen met incontinentie of retentieproblemen, verzakkingsklachten en/of defaecatieproblemen. De continentieverpleegkundigen houden spreekuur voor iedereen die vragen heeft over problemen met plassen, ontlasting en/of verzakking. U heeft hiervoor een verwijzing nodig van uw behandelend specialist. u mag ook zelf om een verwijzing vragen als u door uw arts niet verwezen wordt.

Omdat de problematiek van uw klachten vaak complex kan zijn, is het soms nodig dat u wordt doorverwezen naar een andere zorgverlener. Indien nodig verwijst de continentieverpleegkundige of uw behandelend arts u. Zo is het mogelijk dat meerdere zorgverleners u begeleiden.

**Incontinentie**
Letterlijk betekent incontinentie ‘het niet kunnen behouden of ophouden’. U verliest dan tegen uw wil in regelmatig urine of ontlasting. Het is een aandoening waar veel mensen (ongeveer 800.000) in Nederland last van hebben Er zijn verschillende vormen van incontinentie. Elke vorm heeft een andere oorzaak en vraagt om een specifieke behandeling.

**Retentie**
Letterlijk betekent retentie ‘ophouding of terughouding van stoffen die normaal door het lichaam verplaatst of afgescheiden worden’. Bij urine-retentie betekent dit dat u niet (goed) zelf kunt urineren en dat er urine achterblijft in de blaas. We spreken dan van een blaasledigingsstoornis. De oorzaak hiervan kan een te slappe blaasspier zijn of een vernauwing door bijvoorbeeld een vergrote prostaat. Ook na een operatie kan retentie ontstaan. Bijvoorbeeld na het verhelpen van een verzakking of na het plaatsen van een ‘bandje’ om stress-incontinentie te behandelen.

In deze laatste twee gevallen is dit meestal tijdelijk van aard.

**Behandeling**
Voor incontinentie en retentie bestaan behandelingen of er zijn technieken aan te leren, zoals een eenmalige katheterisatie, waardoor de klachten meestal verminderen of verdwijnen. Als de klachten niet te behandelen zijn, dan zijn er vaak goede hulpmiddelen om het ongemak te beperken.

**Wanneer?**
U kunt bij de continentieverpleegkundige terecht voor informatie over:

- De oorzaken van uw aandoening, klachten en/of problemen.
- Lichaamsverzorging.
- Keuze van verschillende (opvang)-materialen en het gebruik hiervan.
- Leren leven met uw aandoening, klachten of problemen.

- Invloed van uw aandoening, klachten en/of problemen op uw relatie en/of gezin.
- De (on)mogelijkheden om deel te nemen aan sociale activiteiten.
- Kledingadviezen.
- Voedingsadviezen.
- Leefstijladviezen.
- Adviezen, verzorging en onderhoud van bijvoorbeeld verblijfskatheter, nefrodrain en suprapubische katheter.
- Financiële tegemoetkomingen van de zorgverzekeraar.
- Activiteiten van patiëntenverenigingen.
- Adviezen om bijvoorbeeld het opnieuw krijgen van een verzakking te voorkomen.
- Als u deelneemt aan een wetenschappelijk onderzoek door de bekkenbodemgynaecoloog, dan zal de continentieverpleegkundige ook uw contactpersoon zijn.
- Informatie, instructie en begeleiding over het eenmalig katheteriseren of dilateren.

**Continentiespreekuur**
U krijgt tijdens het spreekuur van de continentieverpleegkundige meer informatie over het verloop van de behandeling. Om u goed te kunnen adviseren is het soms nodig inzicht te hebben in uw plaspatroon, defaecatiepatroon of residu (hoeveelheid urine die achterblijft na het plassen). De continentieverpleegkundige kan u daarom vragen een zogenaamde ‘mictielijst’ (plaslijst), defaecatielijst of residulijst bij te houden.

Tips voor uw bezoek:

- Neem gerust iemand mee, samen hoort u meer dan alleen!
- Schrijf uw vragen thuis al op en neem ze mee naar het ziekenhuis. Schroom niet om vragen te stellen!
- Als u een mictielijst, defaecatielijst of residulijst heeft, neem deze dan mee naar uw eerste afspraak.
- Neem eventueel uw eigen incontinentie materiaal of katheters mee.
- Neem een lijstje van uw medicijngebruik mee.

**Vervolg**
Na het eerste bezoek, maakt de continentieverpleegkundige in overleg met u een telefonische of poliklinische vervolgafspraak. De continentieverpleegkundige stelt uw specialist op de hoogte van de gegeven adviezen en de gemaakte afspraken.

**Contact**
Heeft u na het lezen van de ze informatie nog vragen, dan kunt u contact opnemen met de

continentieverpleegkundige. Bent u opgenomen in het ziekenhuis, dan kan een verpleegkundige een afspraak voor u maken. De continentieverpleegkundige komt dan eventueel bij u langs of vraagt of u in staat bent naar de polikliniek te komen.

Continentieverpleegkundige polikliniek Urologie

| | |
|---|---|
| Telefonisch spreekuur maandag t/m vrijdag | van 9.00 - 9.30 uur |
| maandag | van 11.45 - 12.15 uur |
| dinsdag t/m donderdag | van 13.00 - 13.30 uur |

- Telefoonnummer: (076) 595 10 28
- E-mail: continentie@amphia.nl(mailto:continentie@amphia.nl)

Bij afwezigheid van de continentieverpleegkundigen kunt u voor dringende vragen contact opnemen met Polikliniek Urologie tussen 8.00 - 16.30 uur via telefoon (076) 595 1026.

Buiten deze tijden kunt u bij spoed contact opnemen met de SEH Molengracht (076) 595 5000

Meer lezen over urologie bij Amphia?

Ga naar afdeling Urologie (https://www.amphia.nl/afdelingen/urologie)