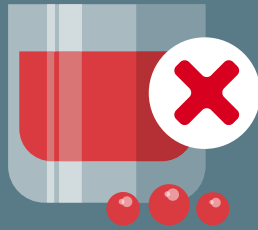


Urineweginfecties voorkomen

Gebruik géén vitamine C of cranberries om urineweginfecties te voorkomen.

Dat vitamine C of cranberries helpen bij het voorkomen van een urineweginfectie is niet wetenschappelijk bewezen.



Wat kun je wel doen?

Moedig de cliënt aan om:



voldoende te drinken (1.5 – 2 liter per 24 uur);



in een goede houding te plassen (zittend op toilet met rug recht);



goed uit te plassen en direct te plassen bij aandrang;



zorg te dragen voor goede persoonlijke hygiëne.

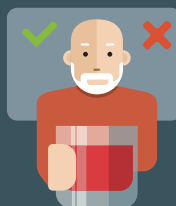
Een ruime vochtinname zorgt voor een ruime urineproductie en zorgt daardoor voor minder geconcentreerde urine.



Tip: Hoe ga je om met een cliënt die overtuigd is van de preventieve werking van cranberries?



Ga in gesprek met de cliënt en gebruik daarbij: Gesprekstoel: Samen in gesprek cliënten en/of mantelzorgers.



Spoel de blaas niet om een urineweginfectie te voorkomen.

Spoel niet als infectiepreventiemaatregel, tenzij hiervoor een medische indicatie bestaat

Het doel van blaasspoelen of katheterspoelen is:



de katheter doorgankelijk houden;



bloedstolsels of bezinksel uit de blaas te verwijderen;



medicijnen aan te brengen op de blaaswand;



Spoel de blaas of katheter alleen in opdracht van de (huis)arts. Er moet een medische indicatie zijn.



Tip: Stel kritische vragen aan de (huis)arts over de opdracht voor blaas- of katheterspoelen. Bespreek en leg vast in het dossier:

- 1 de indicatie voor het spoelen (blaas / katheter);
- 2 soort en hoeveelheid spoelvloeistof;
- 3 manier van spoelen (spuit / zakje);
- 4 hoe vaak er gespoeld moet worden (per dag/week);
- 5 waar eventueel op te letten tijdens het spoelen (bloed/gruis/vlokken);
- 6 evaluatie en einddatum van het spoelen.



Meer weten over Beter doen & Beter laten? Kijk op de thema-pagina [Beter Laten](#).