

## (In)continentiespreekuur

*U heeft incontinentie problemen en u bent door uw chirurg, uroloog of internist verwezen naar het verpleegkundig (in) continentiespreekuur. In deze folder vindt u informatie over dat spreekuur. Het spreekuur wordt gehouden op de polikliniek Urologie of Chirurgie van Meander Medisch Centrum. Het wordt verzorgd door een continetieverpleegkundige. Zij werkt onder verantwoordelijkheid van de chirurg, uroloog of internist.*

*Onderstaand leest u hoe u een afspraak kunt maken voor het spreekuur.*

### Wat is incontinentie?

Incontinentie is de medische term voor het ongewild verliezen van urine en/of ontlasting. Het is een aandoening waar in Nederland ongeveer 800.000 mensen last van hebben. Er zijn verschillende vormen van incontinentie. Elke vorm heeft een andere oorzaak. Voor veel vormen bestaat een behandeling. Ook zijn er technieken aan te leren waardoor de klachten verminderen of verdwijnen. Zijn de klachten niet te behandelen, dan zijn er vaak goede hulpmiddelen om het ongemak dat incontinentie veroorzaakt te beperken.

### Voor wie is het spreekuur bedoeld?

Iedereen met klachten of vragen over incontinentie kan naar het (in)continentie-spreekuur. U heeft daarvoor een verwijzing nodig van uw chirurg, uroloog of internist. U kunt op uw afspraak bij uw medisch specialist vragen om een verwijzing naar het verpleegkundig (in)continentiespreekuur. Als u in het ziekenhuis opgenomen bent, kunt u ook de verpleegkundige op de afdeling vragen naar een verwijzing.

### De continetieverpleegkundige voor plasproblemen

Er zijn twee soorten continetieverpleegkundigen; voor plasproblemen en voor ontlastingsproblemen. De continetieverpleegkundige voor plasproblemen geeft informatie over incontinentie en adviseert over het gebruik van incontinentiematerialen bij het verliezen van plas. Tijdens het spreekuur kan zij u meer vertellen over:

- blaastraining; dit is een training om het aantal keren dat iemand op een dag plast te verminderen
- blaaskatheterisatie (bij katheterisatie zit er een slangetje in de plasbuis; via dit slangetje kan de urine uit de blaas worden gehaald)
- de dagelijkse verzorging van een katheter
- incontinentiemateriaal (ook voor op reis)
- specifieke producten zoals reisurinaals, stoel en matrasbeschermers, huidverzorgingscrèmes
- wasbare en wegwerpverbanden (voor mannen en vrouwen)
- de winkels en firma's waar incontinentiematerialen verkrijgbaar zijn
- het vergoedingssysteem voor incontinentiematerialen
- bekkenfysiotherapie (door een gespecialiseerde bekkenfysiotherapeut). Dit is een specialisatie voor bekkenklachten waarbij u leert (meer) controle te krijgen over uw bekkenbodemspieren.

**Bezoekadressen:**

Meander Medisch Centrum  
Maatweg 3  
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn  
Molenweg 2  
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld  
(Medisch Centrum de Burgt)  
Nederwoudseweg 17  
3772 TD Barneveld

Locatie Nijkerk  
(De Nije Veste)  
Oranjelaan 104  
3862 CX Nijkerk

**Postadres:**

Postbus 1502  
3800 BM Amersfoort

**Telefoonnummers:**

Algemeen: 033 – 850 50 50  
Afspraken: 033 – 850 60 70

**KvK Gooi en Eemland:**

32082917

[www.meandermedischcentrum.nl](http://www.meandermedischcentrum.nl)

## De continetieverpleegkundige voor ontlastingsproblemen

De continetieverpleegkundige voor ontlastingsproblemen geeft informatie over incontinentie en adviseert over het gebruik van incontinentiematerialen bij het verliezen van ontlasting. Tijdens het spreekuur kan zij u meer vertellen over:

- opvangmaterialen
- hulpmiddelen
- methoden om door middel van irrigatie vrij te zijn van ongewenst verlies via de anus
- bekkenfysiotherapie (door een gespecialiseerde bekkenfysiotherapeut).  
Dit is een specialisatie voor bekkenklachten waarbij u leert (meer) controle te krijgen over uw bekkenbodemspieren.

## Veel voorkomende vragen bij plasproblemen

De continetieverpleegkundige geeft antwoord op vragen als:

- Ik moet vaak naar het toilet. Wat kan ik daaraan doen?
- Als ik hoest of nies, plas ik in mijn broek. Is dat te verhelpen?
- Welke hulpmiddelen bestaan er om de urine, die ik af en toe verlies, op te vangen? En waar kan ik die hulpmiddelen kopen?  
Ik durf nergens meer naartoe, ik ben altijd bang dat mensen vinden dat ik een beetje naar urine ruik. Is hier iets aan te doen?
- Ik zou graag eens met iemand over mijn plasproblemen willen praten.
- Ik moet mijzelf regelmatig katheteriseren en ga binnenkort op reis. Hoe moet dat nu met het katheteriseren?

## Veel voorkomende vragen bij ontlastingsproblemen

- Ik schaam me zo als ik ontlasting verlies, mensen ruiken me vast. Is hier een oplossing voor?
- Ik heb veel last van obstipatie. Kan ik hier nog iets aan doen?
- Ik verlies niet echt veel ontlasting, maar wel verlies ik voortdurend een heel klein beetje en/of slijm.
- Ik laat veel winden en kan ze niet ophouden. Is hier iets aan te doen?

## Hoe verloopt het verpleegkundig (in)continentiespreekuur?

De eerste afspraak duurt een uur. De continetieverpleegkundige bespreekt met u de vragen die u heeft of de problemen waar u tegenaan loopt. Zonodig maakt zij met u een vervolgspraak.

Voor een vervolgspraak wordt meestal een half uur uitgetrokken.

## Hoe maakt u een afspraak?

Afspraken maken of verzetten kan voor al onze locaties via het algemene afsprakennummer van Meander Medisch Centrum: 033 - 850 60 70.

## Een afspraak maken bij plasproblemen

Wanneer u een verwijzing heeft gekregen van uw chirurg of uroloog, vraagt u naar de Incontinentieverpleegkundige op de polikliniek Urologie .

## Een afspraak maken bij ontlastingsproblemen

Wanneer u een verwijzing heeft gekregen van uw internist of chirurg, vraagt u naar de stoma- en incontinentieverpleegkundige op de polikliniek Chirurgie.

## Vragen

Heeft u vragen over de informatie in deze brochure, stel ze gerust aan één van onze continëntieverpleegkundigen. Dat kan door te bellen met nummer van Meander Medisch Centrum: 033 - 850 70 60. Vraag naar de incontinentieverpleegkundige van de polikliniek Chirurgie of Urologie.