

Zindelijkheidspoli

De plasklas

Deze folder geeft je informatie over de Zindelijkheidspoli of 'plasklas'. Je bent bij de kinderarts of de urotherapeut in het ziekenhuis geweest voor een eerste bezoek en wij willen je graag helpen om van je plasprobleem af te komen.

Sommige kinderen hebben problemen met plassen. Er zijn kinderen die heel vaak per dag moeten plassen en hun plas moeilijk kunnen ophouden. Ze verliezen dan druppeltjes plas in hun onderbroek of plassen in hun broek omdat ze te laat op de wc zijn. Andere kinderen plassen juist te weinig. Zij houden hun plas te lang op of voelen niet wanneer zij moeten plassen. Ook zijn er kinderen die de bekkenbodemspieren verkeerd gebruiken. Zij plassen niet in een mooie straal maar in 'stootjes'. Doordat je een 'lastige' blaas hebt, kan je ook nog blaasontstekingen krijgen. Er zijn ook kinderen die bedplassen. Het is heel vervelend als je een 'lastige' blaas hebt. Sommige kinderen schamen zich ervoor.

Bijhouden hoe veel en vaak je plast

Bij het eerste bezoek aan de Zindelijkheidspoli krijg je plaslijsten mee om thuis in te vullen. Wij vragen om 3 dagen bij te houden hoe veel en hoe vaak je plast op een dag en ook hoeveel je drinkt op een dag. Bij bedplassen vragen we 14 dagen lang de luiers te wegen zodat we weten hoeveel je in de nacht plast. Alle kinderen komen na het eerste bezoek in de plasklas en je neemt de plaslijsten die je thuis hebt ingevuld mee.

Wat is nu eigenlijk de plasklas?

De plasklas is op een middag en duurt ongeveer 3 uur. Er komen maximaal 3 kinderen tegelijk. Je bent niet alleen met je plasprobleem. Heel veel kinderen hebben problemen met plassen. Niet alleen kleine kinderen maar ook grotere kinderen. Eén van je ouders is ook aanwezig in de plasklas. Je krijgt heel veel tips hoe om te gaan met je plasprobleem en het is handig dat je ouders dit ook weten zodat ze jou kunnen helpen en steunen in de thuissituatie.

Tijdens de plasklas plas je 3 keer op een speciale wc. Wij noemen dit de computer wc. Wij kunnen dan op de computer zien hoeveel je plast en of je in een mooie straal plast. Met een moeilijk woord heet dit een flowmetrie.

Na het plassen kijken we of je blaas helemaal leeg is. We doen wat gel op je buik en kijken met een apparaatje of er nog plas in je buik zit. Je ziet dan de binnenkant van je buik op het computerscherm. De gel is een beetje koud en het kietelt wat. Met een moeilijk woord noemen we dit een echoscopie.

Wat leer je in de plasklas?

In de plasklas leer je:

- hoe de blaas werkt en welk probleem jij hebt met de blaas
- hoe je het beste kunt plassen; een goede toilethouding is belangrijk
- wanneer en hoe vaak moet je plassen; let op de seintjes van je blaas
- hoeveel moet je drinken op een dag

We tekenen onze eigen 'plasfabriek' en kijken een filmpje over plassen en tussendoor drinken we veel want om 3 keer te plassen op een middag moet je veel drinken. Op het einde van de plasklas bekijken de kinderarts en de urotherapeut samen aan de hand van de plaslijsten en de flowmetrie wat voor jou de beste behandeling is om jou te helpen met je plasprobleem.

