

De plasklas

Inleiding

Binnenkort kom je in de plasklas op de continentiepolikliniek, routenummer 0.11 in ZGT ziekenhuislocatie Hengelo.

Je wordt samen met je vader, moeder of verzorger verwacht op:

Datum: _____

Dag: _____

Tijdstip: _____

De plasklas duurt tot ongeveer _____ uur.

In deze folder leggen we je uit wat je allemaal gaat doen.

Waarom een plasklas?

Waarschijnlijk heb je problemen met het plassen. Het kan zijn dat je vaak een natte broek hebt of bijvoorbeeld regelmatig een blaasontsteking. Soms is het niet duidelijk waarom je een blaasprobleem hebt. Het kan ook zijn dat de urotherapeut heeft afgesproken dat je met een blaastraining gaat beginnen. Om een goede start te maken, kom je dan in de plasklas, zodat je precies weet hoe het daarna thuis moet. Meestal komen er ongeveer drie kinderen om samen te trainen.

Plasdagboek

In de week voordat je in de plasklas komt, moet je **een dag een volledig plasdagboek** bijhouden. Dit kan je invullen op de achterkant. Niet vergeten hoor!

Wat doe je in de plasklas?

Waarschijnlijk weet je dat al wel. Plassen natuurlijk!

Elke plas ga je doen op de plascomputer, zodat we kunnen zien hoe je hebt geplast. Deze gaan we elke keer bespreken zodat de volgende plas nog beter kan. Ook gaan we na iedere plas met een echo kijken of jouw blaas leeg is. Het is de bedoeling dat je minimaal drie keer een plas op de plascomputer doet. Om goed te kunnen plassen, krijg je regelmatig een glas drinken. Tussendoor

bespreken we 'de plasfabriek' en praten we over de juiste manier van plassen. Als je gaat starten met een blaastraining leggen we de training ook nog een keer goed uit. Als je regelmatig nat bent en niet goed voelt op welke momenten dit gebeurt, kan het zijn dat je een plaswekkertje aan jouw onderbroek krijgt. Deze geeft een alarm als je wat plas/urine verliest.

Tijdens deze dag is het de bedoeling dat één ouder of verzorger bij jou blijft. Hij of zij weet dan aan het eind van de plasklas ook hoe het thuis verder moet met het plassen.

Opmerkingen

- Denk aan schone kleren. Door het vele drinken gaat er nog wel eens wat mis;
- Als je medicijnen gebruikt, neem deze dan mee;
- Neem je mapje van de 'plas en poeppoli' mee;
- Voor een tussendoortje en drinken voor jou wordt gezorgd;
- Voor ouders/verzorgers is er koffie en thee;
- Het verloop van deze dag wordt besproken met de uroloog;
- Broertjes/zusjes kunnen niet mee naar de plasklas.

Vragen

Heb je na het lezen van deze folder nog vragen stel ze dan gerust.

Wij zijn alle dagen aanwezig, behalve op vrijdag.

Telefoonnummer 088 708 53 15

E-mail: plasenpoeppoli@zgt.nl

Tot slot

Deze folder betreft een algemene voorlichting en is bedoeld als extra informatie naast het gesprek met de kinderarts en urotherapeut. Bijzondere omstandigheden kunnen tot wijzigingen aanleiding geven. Dit wordt altijd aan je verteld door de kinderarts of urotherapeut.

Almelo

Zilvermeeuw 1

Postbus 7600

7600 SZ Almelo

Hengelo

Geerdinksweg 141

Postbus 546

7550 AM Hengelo

 facebook.com/ZGTinfo

 twitter.com/ZGT_info

 linkedin.com/company/zgt

 youtube.com/user/ZGTinfo

 [zgt.nl - zgt.nl/mijnzgt](https://zgt.nl-zgt.nl/mijnzgt)

Plas dagboek overdag

Naam:

Geboortedatum:



Tijd	Drinken soort (bv. Melk) in ml	Plassen in ml	Aandrang ja/nee	Nat 1=druppels 2=onderbroek 3=bovenbroek	Bijzonderheden
Totaal:					

Almelo

Zilvermeeuw 1
Postbus 7600
7600 SZ Almelo

Hengelo

Geerdinksweg 141
Postbus 546
7550 AM Hengelo

 facebook.com/ZGTinfo

 twitter.com/ZGT_info

 linkedin.com/company/zgt

 youtube.com/user/ZGTinfo

 zgt.nl - zgt.nl/mijnzgt