



Uw nieren zijn van levensbelang

Urineweginfecties



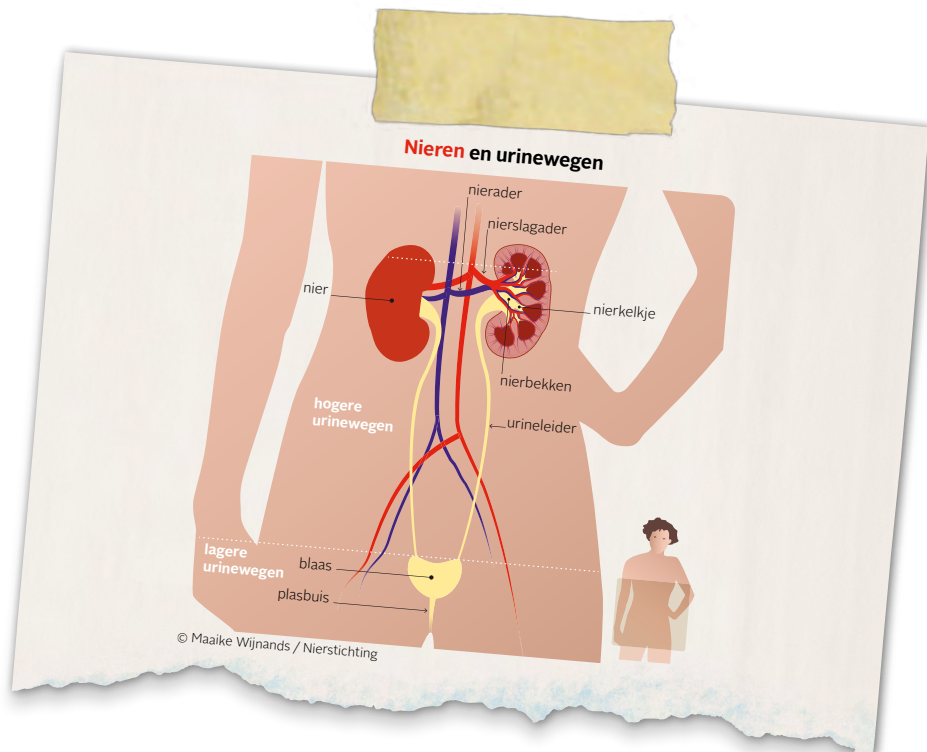
Urineweginfecties

Blaasontsteking, prostaatontsteking en nierbekkenontsteking zijn urineweginfecties. In deze folder leest u hoe urineweginfecties ontstaan, welke klachten u kunt ervaren en hoe de behandeling eruit kan zien. Daarnaast vindt u informatie over hoe u een urineweginfectie zo veel mogelijk kunt voorkomen.

Waar liggen de urinewegen?

De urinewegen bestaan uit uw nieren, urineleiders, de blaas, de plasbuis en bij mannen de prostaat. Nieren liggen aan de achterkant van uw lichaam, aan beide zijden van de wervelkolom. De meeste

mensen hebben twee nieren. Ze zijn boonvormig en ongeveer zo groot als een vuist. De urine verlaat de nieren via de nierkelken en het nierbekken, en gaat dan door de urineleiders naar de blaas. Via de plasbuis plast u de urine uit.



Hoe ontstaat een blaasontsteking?

Een blaasontsteking ontstaat vrijwel altijd door het binnendringen van bacteriën in de blaas. Daardoor raakt het slijmvlies van de blaas ontstoken. Vaak is dan ook de plasbuis ontstoken.

Uw lichaam heeft een natuurlijke afweer tegen bacteriën. Bij een verminderde weerstand, bij onvoldoende drinken of weinig plassen krijgen bacteriën meer kans.

Bacteriën kunnen makkelijk de blaas inkomen, doordat zich in de schaamstreek veel bacteriën bevinden. Bij een blaasontsteking gaat het meestal om de bacterie *Escherichia coli* (E-coli). Dit is een darmbacterie die rond de plasbuis voorkomt. Eenmaal in de blaas kunnen bacteriën goed blijven leven en zich gemakkelijk vermenigvuldigen. Een blaasontsteking kan verschillende oorzaken hebben. Veel voorkomende oorzaken zijn:

- Sommige (aangeboren) afwijkingen van de lagere urinewegen: hierdoor kan niet alle urine worden uitgeplast. Er blijft steeds een restje achter waarin de bacteriën zich kunnen vermenigvuldigen. Vooral bij kinderen die

regelmatig een blaasontsteking hebben, is het belangrijk om aan deze mogelijkheid te denken.

- Baarmoederverzakking en prostaatvergroting kunnen er voor zorgen dat goed uitplassen lastig is.
- Diabetes: suiker in de urine is een uitstekende voedingsbodem voor bacteriën.
- Blaas- of nierstenen.
- Chemische oorzaken, zoals bijvoorbeeld het gebruik van zeep of shampoo bij het wassen van de schaamstreek.
- Het hebben van een blaaskatheter.



Voldoende drinken, regelmatig plassen en volledig uitplassen helpt op een natuurlijke manier om de bacteriegroei in de blaas binnen de perken te houden.

🔴 Klachten

Als u vaak (kleine beetjes) moet plassen, steeds het gevoel heeft dat u moet plassen (aandrang) of een vage pijn in de onderbuik heeft, kan dit wijzen op een blaasontsteking. Meestal is plassen pijnlijk of voelt het branderig. Ook kunt u het gevoel hebben dat uw blaas niet helemaal leeg is. De urine is troebel,

ruikt vaak anders en bevat soms bloed. Niet iedereen heeft evenveel last van een blaasontsteking. De verschijnselen zijn soms zo vaag, dat u het niet eens opmerkt. Wanneer u zich bij deze klachten ziek voelt en koorts hebt, dan hebt u niet alleen een blaasontsteking, maar mogelijk ook een nierbekkenontsteking. Dit kan ook pijn in de rug en/of in de zij geven. Kinderen met een blaasontsteking plassen vaak ook in hun broek en/of bed.

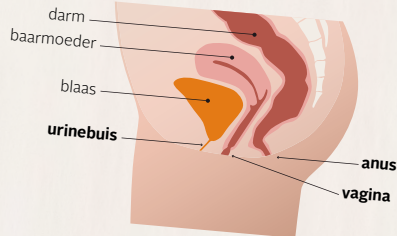
🔴 Waarom blaasontsteking vaker voorkomt bij vrouwen

Bij vrouwen is de kans op blaasontsteking groter dan bij mannen. Dat komt doordat de plasbuis bij vrouwen korter is dan bij mannen. Bovendien zit de plasbuis bij de vrouw dicht bij de vagina en dicht bij de anus. Hierdoor kunnen bacteriën gemakkelijker in de blaas komen. Daarom is het voor vrouwen belangrijk om bij het bezoek aan de wc van voor naar achter af te vegen, om zo een infectie te voorkomen. Sommige vrouwen krijgen gemakkelijk een blaasontsteking na het vrijen. Goed uitplassen na het vrijen kan dan helpen.

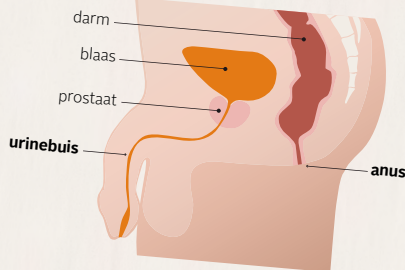


Urinewegen verschil tussen vrouw en man

vrouw



man



© Maaïke Wijnands / Nierstichting

Bij zwangerschap is de kans op blaasontsteking door hormonale veranderingen groter. Daardoor blijft het soms niet bij een blaasontsteking, maar kan ook een nierbekkenontsteking ontstaan. Uw arts zal u dan sneller een antibioticum voorschrijven.



Om een blaasontsteking te voorkomen is het voor vrouwen belangrijk om na de toiletgang altijd van voor naar achteren te vegen.

"Een blaasontsteking is erg vervelend, ik heb daar ervaring mee. Veel naar de wc omdat je aandrang hebt en een brandend gevoel als je gaat plassen. Snel onderkennen is belangrijk, gelukkig was ik er zo weer vanaf."

Marjke Bernelot Moens heeft ervaring met blaasontsteking.



Hoe ontstaat een nierbekkenontsteking?

Als de bacteriën ook in de hogere urinewegen een infectie veroorzaken (opstijgende infectie), kan een nierbekkenontsteking ontstaan. Meestal is de oorzaak een niet opgemerkte, of niet goed behandelde blaasontsteking. Nierbekkenontsteking is veel ernstiger dan blaasontsteking. Een blaasontsteking is vaak alleen vervelend, maar met een nierbekkenontsteking voelt u zich echt ziek.

Opstijgende infecties treden vaker op bij verstoppingen in de urinewegen. Hierdoor kan geïnfecteerde urine moeilijker wegvloeien en vinden bacteriën gemakkelijker hun weg naar boven. Deze verstoppingen kunnen het gevolg zijn van:

- Aangeboren afwijkingen van de urinewegen. Een bekende aangeboren afwijking bij kinderen is reflux. Hierbij werkt het sluitmechanisme tussen blaas en urineleider niet goed. Bij het plassen stroomt een deel van de urine

naar boven. Dit kan op zichzelf al nierschade veroorzaken, maar wordt nog erger als daarbij de urine is geïnfecteerd, wat regelmatig voorkomt.

- Nierstenen.
- Een vergrote prostaat, waardoor afklemming van de blaasuitgang ontstaat.
- Een afsluiting door een gezwel in de buik.

Als oorzaken niet behandeld worden, ontstaan eerder nierbekkenontstekingen die steeds weer terugkomen. Hierdoor kan op den duur nierschade ontstaan. Overigens kunnen verstoppingen op zichzelf ook nierschade veroorzaken wanneer er geen sprake is van een infectie.

🔴 Klachten

Nierbekkenontsteking ontstaat binnen enkele uren tot een dag. Naast de klachten van een blaasontsteking, kunt u dan ook last krijgen van koude rillingen, (hoge) koorts, pijn in de rug en/of in de zij, misselijkheid en braken. Bij kinderen zijn de symptomen meestal minder uitgesproken: soms hebben ze alleen maar koorts. Vandaar dat bij kinderen met een onduidelijke oorzaak voor hun koorts, altijd de urine wordt onderzocht.

Onderzoek bij blaasontsteking

Wanneer u denkt dat u een blaasontsteking heeft, kunt u uw urine laten onderzoeken bij uw huisarts. Meestal is de uitslag hiervan binnen een dag bekend. Meer onderzoek is bij een blaasontsteking meestal niet nodig, behalve als de blaasontsteking steeds weer terugkomt.

Sommige mensen hebben bij een blaasontsteking meer kans op problemen (bijvoorbeeld een nierbekkenontsteking). Dan wil de arts ook weten welke bacterie de ontsteking veroorzaakt. Dit wordt onderzocht door middel van een urinekweek. Op basis daarvan kan de arts dan het goede antibioticum voorschrijven.



Onderzoek bij nierbekkenontsteking

Ook een nierbekkenontsteking kan worden aangetoond met een urineonderzoek. Daarnaast kan extra onderzoek nodig zijn zoals bloedonderzoek, en echo- en röntgenonderzoek. Deze onderzoeken gebeuren bij steeds terugkerende nierbekkenontstekingen of als de arts vermoedt dat een verstopping in de urinewegen de oorzaak van de nierbekkenontsteking is.

Behandeling van urineweginfecties

Bij infecties van de urinewegen is het heel belangrijk de urine goed te laten doorstromen. Daarom moet u veel drinken, waardoor u regelmatig plast. Stel ook het plassen niet onnodig uit, maar ga als u aandrang voelt naar het toilet. Plas dan uw blaas helemaal leeg.

Bij een blaasontsteking met weinig klachten kunnen bovenstaande maatregelen voldoende zijn. Verdwijnen de klachten hierdoor niet, dan krijgt u antibiotica.

Patiënten met diabetes zijn extra gevoelig voor blaasontstekingen. Door de diabetes goed te behandelen



kan het aantal blaasontstekingen verminderen.

Bij nierbekkenontsteking zijn antibiotica altijd noodzakelijk.

Als infecties (mede) ontstaan door verstoppingen dan moet deze verstopping ook verholpen worden. Hiervoor zult u verwezen worden naar het ziekenhuis. Wanneer een behandeling te laat komt, kan er door de verstopping en bijkomende infecties blijvende nierschade ontstaan.

Tot slot

Een folder als deze geeft alleen algemene informatie. Persoonlijke medische vragen kunt u het beste aan uw arts stellen.

Meer weten?

Kijk op www.nierstichting.nl of op www.nvn.nl voor meer informatie en folders over nieren, nierziekten en de behandeling.
Of bel met **0800 388 0000** (gratis).

Wij zijn benieuwd naar uw reactie!

De Nierstichting en de Nierpatiënten Vereniging Nederland vinden goede informatie belangrijk. Daarom zijn wij benieuwd naar uw reactie op deze uitgave.

U kunt uw e-mail sturen naar:

[**infonierziekten@nierstichting.nl**](mailto:infonierziekten@nierstichting.nl)

Met dank aan de ervaringsdeskundigen, zorgverleners, Nederlandse federatie voor Nefrologie en andere betrokkenen, die aan deze uitgave meewerkten.

Alles op alles.

De Nierstichting zet alles op alles om ervoor te zorgen dat mensen met een nierziekte in leven blijven en ook echt blijven leven. We strijden voor meer donoren, maken ons hard voor preventie, investeren in stamcelonderzoek en werken vastberaden aan een draagbare kunstnier. Want dialyseren is geen leven, maar overleven. We doen dan ook alles wat in ons vermogen ligt om het leven van nierpatienten te verbeteren.

Dit kunnen we niet alleen. De Nierstichting krijgt geen financiële steun van de overheid en is daarom afhankelijk van donaties, giften en vrijwillige bijdragen uit de samenleving. Wilt u ons helpen bij het realiseren van onze doelen? Ga naar www.nierstichting.nl voor de mogelijkheden of vul bijgevoegde antwoordkaart in.

Leven gaat voor, in alles wat wij doen.

Lid worden loont.

De **Nierpatiënten Vereniging Nederland** is met ruim 7.500 leden dé vereniging van en voor mensen met een nierziekte en hun familie, partners en donoren. Samen zetten we ons in voor een zo hoog mogelijke kwaliteit van leven en zorg. Dat doen we door middel van voorlichting, themabijeenkomsten, ontmoetingsdagen, lotgenotencontact en achterbanraadplegingen. Ons Steun- en adviespunt (STAP) biedt persoonlijke informatie en begeleiding bij de impact die een nierziekte heeft op het dagelijks leven van patiënten (denk aan gevolgen voor scholing, werk en inkomen).

We komen ook op voor de belangen van alle nierpatiënten in Nederland. Door lobby bij landelijke politici en overleg met verzekeraars en zorgverleners. Door samen te werken met de Nierstichting, andere patiëntenorganisaties en beroepsverenigingen, initiatieven te nemen of ons erbij aan te sluiten. Steeds vanuit het oogpunt van mensen met een nierziekte.

Stuur de antwoordkaart op voor informatie over het lidmaatschap van de NVN.



Ja, ik geef voor een beter leven van nierpatiënten!

Ik machtig daarom de ☐ per maand ☐ per kwartaal ☐ per half jaar ☐ eenmalig
Nierstichting om een bedrag ☐ € 10,- ☐ € 20,- ☐ € 30,-
af te schrijven van ☐ € 15,- ☐ € 25,- ☐ anders €

Per..... (datum) Van IBAN

Naam ☐ de heer ☐ mevrouw

Voorletter(s) Geboortedatum

Adres

Postcode Plaats.....

Telefoon

E-mail

Datum Handtekening

☐ Ja, ik wil op de hoogte blijven van het werk van de Nierstichting. Stuur de ingevulde antwoordkaart naar:

Nierstichting Nederland, Antwoordnummer 533, 1400 VB Bussum (postzegel is niet nodig).

Machtigingskaart SEPA **Incassant ID** NL56ZZZ4119709300000

Door ondertekening van deze machtiging geeft u toestemming aan de Nierstichting om een doorlopende of eenmalige incassoopdracht te sturen naar uw bank om een bedrag van uw rekening af te schrijven en aan uw bank om doorlopend of eenmalig een bedrag van uw rekening af te schrijven overeenkomstig de opdracht van de Nierstichting. Als u het niet eens bent met deze afschrijving kunt u deze laten terugboeken. Neem hiervoor binnen 8 weken na afschrijving contact op met uw bank. Vraag uw bank naar de voorwaarden.



Ja, ik wil weten hoe de NVN mijn belangen behartigt

en ontvang graag het informatiepakket over het lidmaatschap van de NVN.

Naam ☐ de heer ☐ mevrouw

Voorletter(s)

Adres

Postcode Plaats

Telefoon

E-mail

De kosten voor het lidmaatschap bedragen :

Patiënt / ouder van patiënt € 26,-

Partnerlid € 13,-

Donor gratis

Stuur de ingevulde antwoordkaart naar: **Nierpatienten Vereniging Nederland**,

Antwoordnummer 515, 1400 VB Bussum (postzegel is niet nodig).

Of ga naar www.nvn.nl.





Postzegel niet nodig



Nierstichting

Antwoordnummer 533

1400 VB Bussum



Postzegel niet nodig



Nierpatiënten Vereniging Nederland

Antwoordnummer 515

1400 VB Bussum



Nierstichting

Postbus 2020

1400 DA Bussum

Algemeen 035 697 80 00,

Informatie nieren en nierziekten:

0800 388 00 00 (gratis)

infonierziekten@nierstichting.nl

www.nierstichting.nl



Nierpatiënten Vereniging Nederland

Postbus 284

1400 AG Bussum

Algemeen 035 691 21 28

Steun- en Adviespunt (STAP) 035 693 77 99

Luistertelefoon 0800 022 66 67 (gratis)

secretariaat@nvn.nl

www.nvn.nl



Disclaimer De informatie in deze brochure is met grote zorg samengesteld. Nierstichting Nederland kan geen enkele aansprakelijkheid aanvaarden voor de juistheid en volledigheid van de inhoud van de brochure. Nierstichting Nederland is niet verantwoordelijk voor de informatie van derden waarnaar in deze brochure wordt verwezen. Het copyright van tekst- en beeldmateriaal in deze folder behoort aan Nierstichting Nederland.
