

Patiëntinstructie voor het opvangen van urine voor urinekweek

Wat heeft u nodig?

- Urinepotje
- Labformulier
- Washandje
- Sticker met naam en geboortedatum

Wat gaat u doen?

- Maak het washandje nat met kraanwater.
- Reinig de schaamstreek 3x van voor naar achter met de washand.
- U plast een beetje uit, plast dan een laagje in het urine potje en het laatste deel weer in het toilet.
- Doe de deksel er stevig op en plak de sticker met uw naam en geboortedatum erop.

Het urine potje en het bijbehorende formulier kunt u vervolgens inleveren bij het laboratorium in het gezondheidscentrum Zeehos of bij het Alrijne ziekenhuis (voorheen Diaconessenhuis) te Leiden.

Adviezen bij een blaasontsteking

- Zorg dat u veel drinkt, 1.5 tot 2 liter per dag.
- Stel het plassen niet onnodig uit, maar ga als u aandrang voelt naar het toilet.
- Plas de blaas helemaal leeg.
- Heeft u als vrouw vaak een blaasontsteking? Plas dan direct na het vrijen. Bacteriën die tijdens het vrijen in de plasbuis zijn gekomen, plast u dan snel weer uit.
- Als u denkt dat condooms of zaaddodend glijmiddel u steeds een blaasontsteking geven, overweeg dan andere anticonceptie.
- Cranberryproducten (bijvoorbeeld cranberrysap) eten/drinken helpt soms om een blaasontsteking te voorkomen.