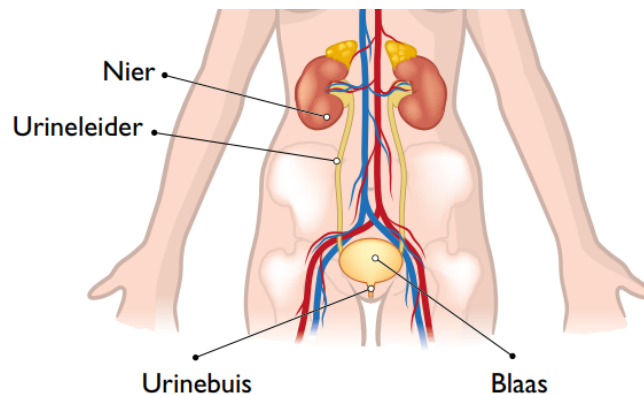


## Functie van de blaas

De urinewegen bestaan uit twee nieren, twee urineleiders, een blaas, de plasbuis en bij mannen ook de prostaat. De urine vormt zich in de nieren en loopt via de urineleiders naar de blaas. De blaas dient als een reservoir voor de urine en is tevens een spier. Als de blaas vol is, krijgt u een seintje van uw hersenen om te plassen. Als u plast, trekt de spierwand van de blaas samen om de urine via de urinebuis naar buiten af te voeren. De sluitspier ontspant zich, de urine kan naar buiten.



## Blaasproblemen bij de ziekte van Parkinson

Bij ongeveer 75% van de patiënten met de ziekte van Parkinson of een parkinsonisme treden blaasproblemen op door een verstoorde communicatie tussen de hersenen, de blaasspier en de sluitspier. Hierdoor werken ze niet meer goed samen en zorgen ze voor problemen. De spier die de blaas samentrekt, is vaak wat overactief. Hierdoor ontstaat er al een reflex om te plassen als de blaas nog maar deels is gevuld. Dit leidt tot een regelmatige aandrang om te plassen. Daarnaast kunnen er problemen ontstaan bij het volledig legen van de blaas (uitplassen) waardoor er urine in de blaas achterblijft na het plassen. Dit kan betekenen dat er behalve klachten bij het plassen ook een verhoogd risico op een blaasontsteking kan ontstaan. Ook andere verschijnselen die optreden bij de ziekte van Parkinson kunnen er, los van de blaasproblemen, toe leiden dat het toilet niet op tijd gehaald kan worden. Dit kan voorkomen bij bewegingstraagheid, bevroren, evenwichtsproblemen of problemen met gebruik van de handen.

## Klachten die bij patiënten met de ziekte van Parkinson of parkinsonisme kunnen optreden zijn:

- Meerdere keren plassen 's nachts (dit is vaak één van de eerste verschijnselen).
- Vaker plassen overdag.
- Het plassen kan niet meer worden uitgesteld zodra aandrang gevoeld wordt.
- Ongewild urineverlies omdat er bij aandrang onvoldoende tijd is het toilet te bereiken.
- Er is wel aandrang, maar het plassen lukt niet door verstoorde samenwerking tussen blaasspier en sluitspier.
- Moeilijk op gang komen van het plassen.
- Na het plassen is de blaas niet goed leeg

Het 2 tot 3 dagen bijhouden van een plasdagboek geeft inzicht. In het plasdagboek (voorbeeld in bijlage) worden de klachten, vochtinname, plastijd en de hoeveelheid urine genoteerd.

### **Afhankelijk van uw klachten adviseren wij het volgende:**

- Drink genoeg! Onvoldoende vochtinname leidt tot geconcentreerde urine die de blaas extra prikkelt.
- Vermijd teveel cafeïne, theïne en alcohol, deze stoffen irriteren de blaaswand waardoor u nog vaker moet plassen.
- Vermijd obstipatie, harde ontlasting kan de plasproblemen soms verergeren
- Wacht bij aandrang om te plassen niet te lang met naar het toilet gaan.
- Neem de tijd om te plassen.
- Ga tijdens het toiletbezoek ontspannen zitten in een iets voorovergebogen houding. Dit geldt ook voor mannen.
- Pas uw kleding aan door bijvoorbeeld klittenband aan te brengen in plaats van knopen.
- Gebruik een urinaal/postoel bij het bed zodat u 's nachts niet naar het toilet hoeft te lopen. Mannen kunnen zo nodig een condoomcatheter gebruiken.
- Gebruik incontinentie materiaal als dit nodig is.
- Drink niet te veel na 18:00 uur.
- Bespreek de klachten met uw neuroloog. Deze kan naast de algemene adviezen in sommige gevallen medicatie voorschrijven of doorverwijzen naar een uroloog.

#### Bronnen:

[Blaasproblemen-bij-Parkinson.pdf \(parkinsonnet.nl\)](#)

Federatie Medisch Specialisten, Richtlijnen database; [Blaasproblemen bij de ziekte van Parkinson - Richtlijn - Richtlijnen database](#)

**Bijlage: Voorbeeld plasdagboek.**

<b>Tijdstip</b>	<b>Vochtname</b>	<b>Geplast volume</b>	<b>Aandrang</b>	<b>Ongewenst urineverlies</b>
Wanneer heeft u gedronken, geplast of urine verloren?	Hoeverveel heeft u gedronken in ml?	Hoeverveel heeft u geplast in ml?	Had u last van plotselinge aandrang en/of moeite om uw plas uit te stellen? (0, +, ++, +++)	Had u last van urineverlies en in welke mate? (0, +, ++, +++)
<b>Voorbeeld 08:00 - 09:00</b>	<b>250 ml</b>	<b>200 ml</b>	<b>++</b>	<b>+</b>
00:00 - 01:00 u				
01:00 - 02:00 u				
02:00 - 03:00 u				
03:00 - 04:00 u				
04:00 - 05:00 u				
05:00 - 06:00 u				
06:00 - 07:00 u				
07:00 - 08:00 u				
08:00 - 09:00 u				
09:00 - 10:00 u				
10:00 - 11:00 u				
11:00 - 12:00 u				
12:00 - 13:00 u				
13:00 - 14:00 u				
14:00 - 15:00 u				
15:00 - 16:00 u				
16:00 - 17:00 u				
17:00 - 18:00 u				
18:00 - 19:00 u				
19:00 - 20:00 u				
20:00 - 21:00 u				
21:00 - 22:00 u				
22:00 - 23:00 u				
23:00 - 00:00 u				

Bronnen:

[Blaasproblemen-bij-Parkinson.pdf \(parkinsonnet.nl\)](#)

Federatie Medisch Specialisten, Richtlijnen database; [Blaasproblemen bij de ziekte van Parkinson - Richtlijn - Richtlijnen database](#)