



**UROLOGISCHE  
STIFTUNG  
GESUNDHEIT**

*Gesundheit  
stiften!*

## DIESE EMPFEHLUNGEN HELFEN IM ALLTAG

### Besser leben mit Katheter und Zystostomie 1

Wenn Sie oder einer Ihrer Angehörigen einen Harnröhrenkatheter oder einen Bauchkatheter (suprapubische Zystostomie) benutzen, stehen Ihnen sicherlich viele Fragen zum Umgang mit diesen medizinischen

Hilfsmitteln im Alltag bevor. In diesem Informationsblatt möchten wir Ihnen hilfreiche Tipps und Anleitungen geben, um Ihnen den Umgang mit diesen Situationen zu erleichtern und Ihre Lebensqualität zu verbessern.

In diesem Ratgeber finden Sie Antworten auf folgende Fragen:

- Was ist ein Blasenkatheter und wozu wird er benutzt?
- Welche Arten von Blasenkathetern gibt es?
- Wie pflege ich meinen Katheter?
- Wie gehe ich mit Urinbeuteln um?
- Wie sichere ich Katheter und Beutel?
- Was muss ich bei der Ernährung und beim Trinken beachten?
- Welche Komplikationen gibt es bei einem Katheter und was kann ich selbst tun?
- Was muss ich tun, wenn mein Katheter herausfällt?
- Was ist noch wichtig?

Zunächst ist es wichtig zu verstehen, was ein Harnröhrenkatheter und eine suprapubische Zystostomie eigentlich sind.

## Was ist ein Blasenkatheter und wozu wird er benutzt?

Ein Blasenkatheter ist ein dünner, flexibler Schlauch, der in die Blase eingeführt wird, um Urin abzuleiten. Dies kann notwendig sein, wenn Sie aufgrund einer medizinischen Bedingung nicht oder nur unvollständig die Blase entleeren können und die Gefahr besteht, dass

sich dadurch Harnwegsinfektionen, Blasensteine oder eine Rückstauung in die Nieren entwickeln.

Manchmal wird ein Blasenkatheter auch benutzt, wenn ein schwerer Harnverlust (Inkontinenz) vorliegt, der mit anderen Mitteln nicht genügend behoben werden

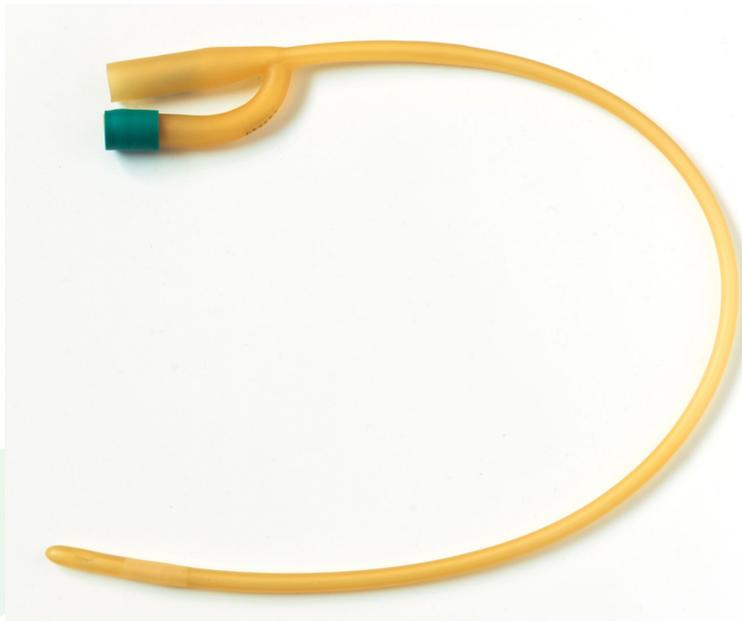


Foto: Adobe Stock

kann. Zunächst sollte jedoch geprüft werden, ob dieses Problem nicht mit Vorlagen oder beim Mann auch mit Kondomurinalen gelöst werden kann. Kondomurinalen werden wie ein Kondom über den Penis gestreift und

haben einen Ablauf für einen Urinbeutel. Weil ein Katheter selbst Probleme hervorrufen kann, sollte immer geprüft werden, ob es keine andere Problemlösung gibt.

## Welche Arten von Blasenkathetern gibt es?

Ein Harnröhrenkatheter ist ein solcher Schlauch, der durch die Harnröhre in die Blase eingeführt wird. Dabei gibt es Verweilkatheter, die ständig in der Harnröhre liegen, und Einmalkatheter, die mehrfach täglich vom Patienten selbst durch die Harnröhre in die Blase eingeführt werden, um sie zu entleeren. Dies setzt allerdings die nötige Fingerfertigkeit voraus.

Ein Bauchkatheter ist ähnlich, dabei wird der Katheter jedoch nach einem kleinen Einschnitt der Haut oberhalb des Schambeins direkt in die Blase eingeführt wird. Diese Me-

thode wird oft verwendet, wenn die Harnröhre nicht genutzt werden kann oder das Wasserlassen zwar noch funktioniert, aber Restharn verbleibt und die Blase nach dem Wasserlassen durch den Bauchkatheter dann restlos entleert werden soll. Wenn der Urin über eine längere Dauer abgeleitet werden muss, ist in der Regel der Bauchkatheter zu bevorzugen.

Beide Methoden dienen demselben Zweck: der Urinableitung aus der Blase.

## Wie pflege ich einen Katheter?

Der Alltag mit einem Katheter erfordert gewisse Anpassungen und ein bewusstes Management, um Komplikationen wie Infektionen oder Schmerzen zu vermeiden. Hygiene spielt dabei eine entscheidende Rolle. Es ist äußerst wichtig, dass die Hautstelle, an der der Katheter eingeführt wurde, sowie der Katheter selbst sauber gehalten werden. Dies bedeutet, dass Sie die Einfüh-

rungsstelle und auch das Äußere des Katheters täglich mit Wasser und einer milden Seife reinigen. Mit beiden Formen eines Katheters dürfen Sie duschen. Beim Harnröhrenkatheter fließt häufig gelbliches Sekret aus dem Bereich zwischen Katheter und Harnröhre ab, das Sie sorgfältig abtupfen sollten. Wenn Sie den Penis reinigen, ziehen Sie die Vorhaut zurück, vergessen aber nicht, sie

nach der Reinigung wieder nach vorne zu streifen. Die Mündung des Bauchkatheters aus der Bauchdecke wird häufig mit einem Verband überklebt, den Sie regelmäßig wechseln sollten. Allerdings verwenden Sie dabei keine Schere, um den Katheter oder seine Befestigung

nicht zu beschädigen. Wenn nach anfänglichem Verband diese kleine Wunde trocken ist, können Sie nach Rücksprache mit Ihrem Arzt auch auf den Verband verzichten, weil sich darunter Feuchtigkeit ansammelt.



Foto: Adobe Stock

## Wie gehe ich mit Urinbeuteln um?

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist der Umgang mit dem Beutel, der den Urin sammelt. Dieser Beutel sollte fest mit dem Katheter verbunden sein (geschlossenes System), regelmäßig entleert und von außen gereinigt werden, um Gerüche und Infektionen zu vermeiden. Es ist auch wichtig, darauf zu achten, dass der Beutel immer unterhalb der Blase getragen wird, um den Rückfluss von Urin zu verhindern, der Infektionen verursachen könnte. Dies können beim bettlägerigen Patienten größere Bettbeutel sein, oder es sind Beinbeutel, die mit Gurten oder einem Holster am Bein befestigt werden.

Auf die Verbindungsstelle zwischen Katheteröffnung und Beutel müssen Sie sorgfältig aufpassen, wenn Sie den Beutel wechseln, um Infektionen zu vermeiden. Diesen Wechsel sollten Sie nur mit sorgfältig gereinigten und wenn möglich desinfizierten Händen vornehmen. Die Enden von Katheter und Beutel dürfen nicht mit der Umgebung, der Kleidung oder der Haut in Berührung kommen, und vor dem Einstecken des Beutels in den Katheter müssen beide Enden gründlich desinfiziert werden.



Foto: Adobe Stock

Ihr Arzt oder Ihre Ärztin entscheidet, ob der Urin dauerhaft in den Beutel abfließen oder ob der Katheter zwischen den Entleerungen abgeklemmt werden soll. Das regelmäßige Abklemmen beugt der Entwicklung einer Schrumpfblass vor, die bei dauerabgeleitetem Urin auftreten kann. Das Abklemmen kann mit einem Riegel oder mit einer speziellen Klemme von außen gesche-

hen. Trennen Sie dabei nicht den Katheter vom Beutel und verwenden auch keinen Katheterstöpsel, außer, Ihr Arzt hätte es Ihnen erlaubt. Eine probate Methode ist die Verwendung eines Katheterventils, das fest zwischen Katheter und Urinbeutel eingebracht wird und das mit Knopfdruck geöffnet und geschlossen werden kann.

## Wie sichere ich Katheter und Beutel?

Bei der täglichen Aktivität sollten Träger von Kathetern darauf achten, den Katheter sicher zu befestigen, um zu vermeiden, dass er sich versehentlich löst, irgendwo hängen bleibt oder zieht, was zu Verletzungen führt. Auch sorgen diese Befestigungen dafür, dass Katheter oder der Schlauch des Urinbeutels nicht abknicken, was dazu führen würde, dass der Urin nicht ablaufen kann.

Spezielle Befestigungsmethoden, wie spezielle Klebebänder oder dafür vorbereitete Unterwäsche, können hierbei helfen und dazu beitragen, dass Sie sich während Ihrer täglichen Aktivitäten sicherer fühlen. Oder Sie befestigen den Katheter zum Beispiel mit einzelnen Pflastern am Körper, damit er nicht aus dem Körper gerissen wird oder abknickt.

## Was muss ich bei der Ernährung und beim Trinken beachten?

Zusätzlich zu diesen hygienischen Maßnahmen ist es auch wichtig, auf die Ernährung zu achten. Eine ausgewogene Ernährung, reich an Flüssigkeiten (vorzugsweise Wasser), kann helfen, den Urin zu verdünnen und das

Risiko von Harnwegsinfektionen zu verringern. Vermeiden Sie jedoch Getränke, die die Blase reizen könnten, wie Kaffee, Cola, Alkohol und sehr saure Säfte.

## Welche Komplikationen gibt es bei einem Katheter und was kann ich selbst tun?

Die korrekte Handhabung dieser Katheter ist entscheidend, um Komplikationen vorzubeugen. Zu den häufigsten Problemen gehören neben Schwierigkeiten in der Handhabung des Katheters Infektionen, Verstopfun-

gen und Hautirritationen um die Einführstelle. Zunächst gilt es, **technische Schwierigkeiten** mit dem Katheter zu vermeiden. Die meisten Verweilkatheter werden dadurch fest in ihrer Position gehalten, dass an

ihrer Spitze ein Ballon mit Flüssigkeit aufgefüllt wird, was ein Herausfallen verhindert. Diese Füllung geschieht über einen im Katheter eingebauten dünnen Kanal mit Hilfe einer Blockerspritze. Für sie ist das kleine „Ärmchen“, das Sie neben der Mündung des Katheters herausragen sehen. Diesen Ansatz für die Blockerspritze müssen Sie sorgsam schützen, dürfen ihn insbesondere nicht versehentlich durchtrennen, weil ansonsten der Katheter herausfällt.

**Infektionen** sind eine der häufigsten Komplikationen bei langfristigem Kathetergebrauch. Bakterien können entlang des Katheters in die Blase gelangen und dort Infektionen verursachen, die als Harnwegsinfektionen bekannt sind. Symptome einer solchen Infektion können Fieber, Schüttelfrost, verstärkter Harndrang, schmerzhafter Harndrang und trüber oder ungewöhnlich riechender Urin sein. Es ist äußerst wichtig, strenge Hygienemaßnahmen einzuhalten, um solche Infektionen möglichst zu vermeiden. Dazu gehören das regelmäßige Wechseln und sorgfältige Reinigen des Katheters und des Auffangbeutels.

Allerdings wird der Urin bei einem Katheterträger häufig Zeichen einer bakteriellen Besiedelung aufweisen, weil der Katheter eine offene Verbindung des (eigentlich sterilen) Körperinneren mit der (unsterilen) Körperoberfläche darstellt. Wenn keine Schmerzen oder Fieber auftreten, muss diese Besiedelung mit Bakterien nicht unbedingt behandelt werden. Diese Entscheidung trifft Ihr Arzt.

**Verstopfungen** des Katheters können auftreten, wenn sich Gries im Urin im Katheter ablagern. Dies kann zu einem Rückstau von Urin führen, der nicht nur unange-

nehm ist, sondern auch das Risiko für Infektionen und Blasenschäden erhöht. Um Verstopfungen zu vermeiden, ist es wichtig, ausreichend Flüssigkeit zu sich zu nehmen und gegebenenfalls den Katheter zu spülen, allerdings nur nach Vorgabe des medizinischen Personals. Je nach Säurewert des Urins können solche Griesbildungen verstärkt sein. Dann können Medikamente helfen, den Säurewert zu verändern. Wenn der Katheter durch diese Griesablagerungen verstopft, erkenne Sie das daran, dass der Urin schlecht abläuft und Sie pressen müssen, um den Urin durch den Katheter zu entleeren. Ausnahmsweise kann es in diesem Fall erlaubt sein, den Katheter mit Kochsalzlösung durchzuspülen. Generell soll eine solche Blasenspülung nur in begründeten Ausnahmefällen durchgeführt werden, weil dadurch die Infektionsgefahr steigt.

**Hautirritationen** können durch die ständige Reibung des Katheters an der Einführstelle entstehen. Um diese zu minimieren, sollte die Einführstelle täglich gereinigt und auf Rötungen, Schwellungen oder Ausfluss überprüft werden. Geeignete Salben und Hautpflegeprodukte können helfen, die Haut gesund zu halten und Irritationen zu reduzieren.

Neben diesen häufigen Komplikationen können auch spezifischere Probleme auftreten, wie beispielsweise **Blasensteine** oder **Nierenprobleme**. Blasensteine können sich bilden, wenn der Urin zu lange in der Blase verweilt oder wenn sich Mineralablagerungen an der Katheterspitze bilden. Nierenprobleme können entstehen, wenn Infektionen aufsteigen und die Nieren beeinträchtigen.

## Was muss ich tun, wenn ein Katheter herausfällt?

Wenn unbeabsichtigt ein Katheter herausfällt, muss schnell ein neuer Katheter gelegt werden, um Stauungen in der Blase zu vermeiden. Ganz besonders eilig ist das bei herausgefallenen Bauchkathetern, weil in den ersten Stunden der dünne Kanal, über den der Katheter in die Blase geführt ist, noch offen ist, sich dann aber verschließt. In den ersten Stunden kann noch über die-

sen Kanal ein neuer Katheter unkompliziert eingelegt werden.

Alle Katheter müssen regelmäßig gewechselt werden, weil sich im ihrem Inneren immer Verkrustungen bilden, die zu einem verschlechterten Abfluss durch den Katheter führen und auch Entzündungen begünstigen. Der Abstände zwischen den Wechseln bestimmt Ihr Arzt.

## Was ist noch wichtig?

Die Zusammenarbeit mit Ihrem Urologen und Ihrem Hausarzt ist sehr wichtig. Regelmäßige Kontrolluntersuchungen ermöglichen es, Probleme frühzeitig zu erkennen und zu behandeln. Bei jedem Verdacht auf eine Komplikation sollte sofort medizinische Hilfe in Anspruch genommen werden. Das gilt insbesondere für Schmerzen, Fieber (ohne sonstige Erklärung) oder Schüttelfrost.

Auch die emotionale und psychische Gesundheit darf nicht vernachlässigt werden. Viele Menschen empfinden den Umgang mit einem Katheter anfangs als belastend oder unangenehm. Es ist hilfreich, offen mit dem medizinischen Fachpersonal zu sprechen und gegebenenfalls eine psychologische Beratung in Anspruch zu nehmen, um Unterstützung beim Umgang mit dieser neuen Lebenssituation zu erhalten.

Abschließend lässt sich sagen, dass das Leben mit einem Harnröhrenkatheter oder einer suprapubischen Zystostomie zwar Herausforderungen mit sich bringt, aber mit der richtigen Pflege und Unterstützung ein aktives und erfülltes Leben weiterhin möglich ist. Regelmäßige ärztliche Überwachung, sorgfältige Hygiene und ein gutes Verständnis der möglichen Risiken sind entscheidend, um Komplikationen zu vermeiden und Ihre Lebensqualität zu erhalten.

Regelmäßige ärztliche Überwachung, sorgfältige Hygiene und ein gutes Verständnis der möglichen Risiken sind entscheidend, um Komplikationen zu vermeiden und Ihre Lebensqualität zu erhalten.

## Weitere Informationen zum Thema

Hier erhalten Sie weitere Informationen zum oben genannten Thema auf dem Patientenportal der Urologischen Stiftung Gesundheit (USG).

Mit einem Klick auf den blau unterlegten Link gelangen Sie auf die weiteren Informationen der USG:

- [Lexikon: Katheter](#)



Liebe Patientin, lieber Patient,

wir hoffen, dass dieses Informationsmaterial der Urologischen Stiftung Gesundheit gGmbH für Sie von Nutzen war. In diesem Fall würden wir uns sehr freuen, wenn Sie unsere gemeinnützige Arbeit mit einer Spende unterstützen. Jeder noch so kleine Betrag hilft uns dabei, Menschen über urologische Erkrankungen zu informieren. Wir weisen abschließend darauf hin, dass Ihre Spende steuerlich absetzbar ist.

Für Ihre Gesundheit wünschen wir Ihnen alles Gute!

Dr. med. Holger Borchers  
Prof. Dr. med. Helmut Haas  
Geschäftsführer der Urologischen Stiftung Gesundheit gGmbH

Unser Spendenkonto:

Urologische Stiftung Gesundheit gGmbH, IBAN: DE85 2007 0000 0092 4258 00, BIC: DEUTDE33HAN

**JETZT SPENDEN**