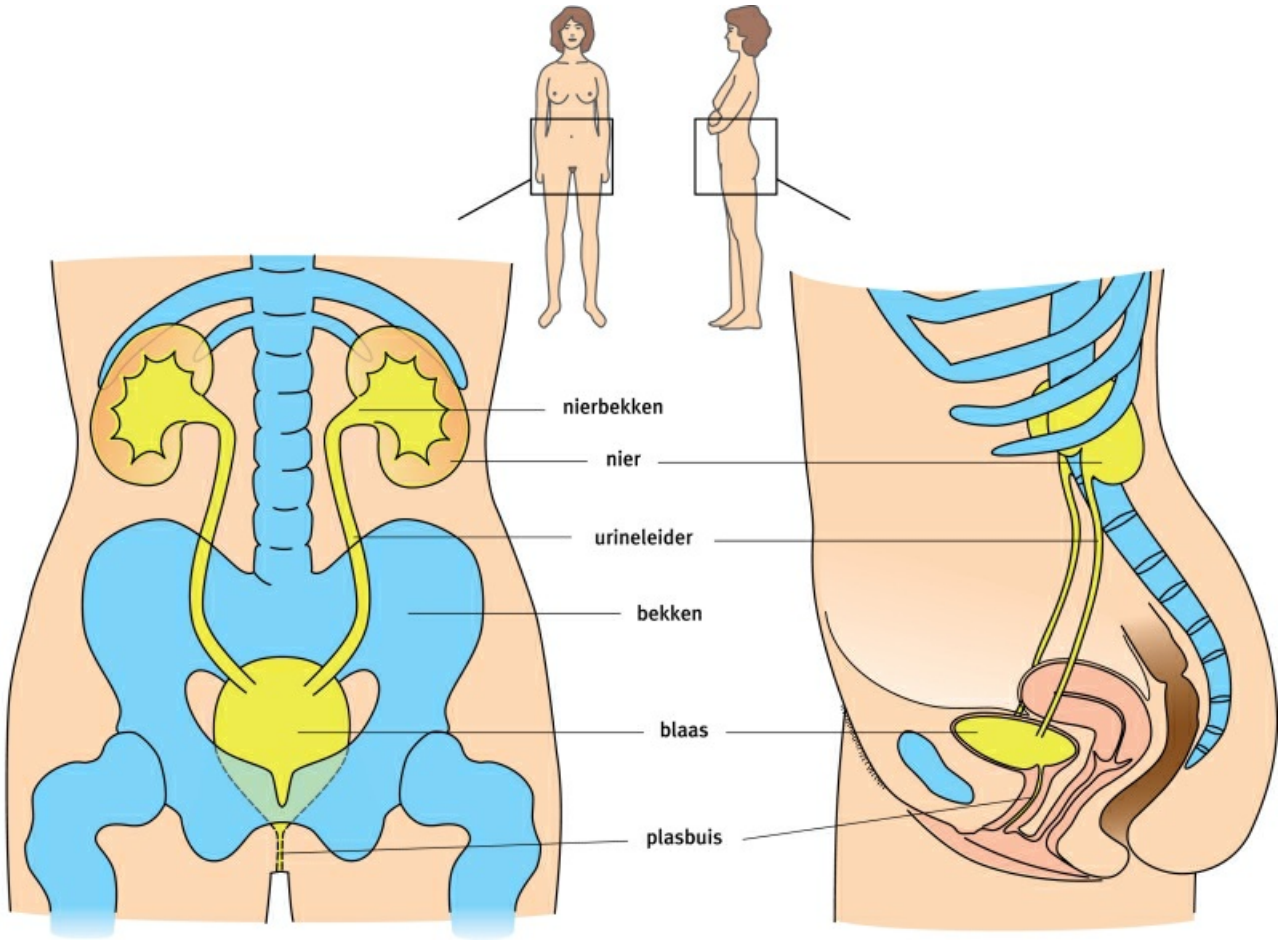
Pijn aan de urinewegen

Je nieren halen water en afvalstoffen uit je bloed. Zo maken ze urine (plas). De urine stroomt in een soort verzamelbakje in je nier (nierbekken) en gaat dan via lange, dunne slangetjes (urineleiders) naar je blaas. Als je plast, gaat de urine via je plasbuis naar buiten. De plasbuis komt uit in de penis of boven de vagina. De nierbekkens, de urineleiders, de blaas en de plasbuis worden samen de urinewegen genoemd.

Pijn aan je urinewegen kan allerlei oorzaken hebben. Denk bijvoorbeeld aan nierstenen, infecties of tumoren.



Bron: Thuisarts - NHG

Wat is pijn aan je urinewegen?

Pijn of kramp van je urinewegen is geen ziekte, maar een teken dat er ergens iets niet goed gaat in je nierbekken, urineleider, blaas of plasbuis. Het kan bijvoorbeeld komen doordat je plas niet weg kan en zich ophoopt in je nieren, maar het kan ook het gevolg zijn van een blaasontsteking of van andere problemen met je blaas. Het is dus erg belangrijk om uit te zoeken waar het door komt.

Wat merk ik van pijn aan je urinewegen?

Je kunt last hebben van:

- pijn in je zij of onder in je buik
- krampen onder in je buik

Oorzaken

Pijn of krampen van de urinewegen in de palliatieve fase kunnen ontstaan door:

- urine die achterblijft in de blaas (zie *De blaas niet goed leeg kunnen plassen*)
- afsluiting van een urineleider, bijvoorbeeld door stenen, stolsels of een tumor (zie *Ophoping van urine in nierbekkens en/of urineleiders*)
- een ontsteking van de blaas of het nierbekken

- een tumor in de nier of de blaas
- nierstenen
- bestraling van de blaas
- bepaalde medicijnen, zoals morfine
- een ontsteking van de prostaat
- problemen met een blaaskatheter (slangetje in de blaas, zie Blaaskatheter-problemen)
- problemen met het zenuwstelsel, bijvoorbeeld een beroerte, multipele sclerose, of een dwarslaesie*

Het kan ook zijn dat je pijn in je urinewegen voelt, terwijl de pijn eigenlijk ergens anders vandaan komt, bijvoorbeeld van een ontstoken prostaat.

Onderzoek

De arts zal je eerst vragen stellen over je voorgeschiedenis (wat voor ziekte je hebt en hoe je behandeld bent) en je klachten. Daarna word je onderzocht.

Pijn aan je urinewegen: wat kan eraan gedaan worden?

Als bekend is waar de pijn en/of kramp door komt, is het belangrijk om de oorzaak aan te pakken, bijvoorbeeld:

- bij een infectie van de urinewegen: antibiotica
- bij afsluiting van de urineleiders:
  - een slangetje in de nier dat via de huid naar buiten (zakje) loopt
  - een buisje (stent) om de doorgang open te houden
  - een operatie om de afsluiting op te heffen
- bij afwijkingen van de blaas: operatie, medicijnen
- inbrengen van een blaaskatheter (bij een overvolle blaas)
- bij problemen met de blaaskatheter:
  - verstopping opheffen
  - meer of minder water in het ballonnetje waarmee de katheter op zijn plek blijft zitten
  - katheter klein beetje van plek veranderen of verwisselen
- de medicatie aanpassen (bij problemen door medicatie)
- medicijnen en/of een andere soort katheter voorschrijven (bij ontsteking van de prostaat)
- medicijnen voorschrijven (bij problemen met het zenuwstelsel)

Behandeling van de oorzaak kan niet altijd of helpt niet altijd (voldoende). Dan kan behandeling van de klachten uitkomst bieden.

- spoelen van de blaas met pijnstillers, of middelen die de spieren van de blaas ontspannen
- behandeling met medicijnen tegen krampen
- behandeling met medicijnen die de spieren van de blaas ontspannen

Wat kan ik of mijn naaste doen?

Je kunt problemen natuurlijk het beste voorkomen. Bijvoorbeeld zo:

- Door je blaas goed door te spoelen, verklein je de kans op een ontsteking van je blaas en/of nieren. Veel (water, thee) drinken helpt daarbij. Drink minstens anderhalve liter per dag.
- Het is belangrijk dat er bij het plassen geen urine in je blaas achterblijft. Daarom moet je altijd goed ‘uitplassen’. Dat doe je door (als je zit of staat) een holle rug te maken. Dat geldt natuurlijk alleen als je geen katheter hebt.
- Met vitamine C-tabletten of cranberry-tabletten of -poeder kun je je urine zuur maken. Daar kunnen bacteriën niet goed tegen.
- Als je klachten hebt, blijf er dan niet mee rondlopen. Heb je pijn/krampen in je urinewegen? Heb je last met plassen? Of heb je pijn in je nieren (hoog in je zij)? Praat er over met je arts of verpleegkundige.
- Een warme kruik op uw buik of onderrug kan helpen. Ook rustig bewegen, zoals een korte wandeling, kan helpen. Hierdoor ontspannen de spieren en nemen de klachten wat af.

Pijn in de urinewegen kan invloed hebben op seks en intimiteit. Je kunt pijn voelen voor, tijdens of na het vrijen. Daardoor kun je minder zin in seks krijgen of bang zijn voor pijn. Lees meer hierover op de pagina 'Problemen met seksualiteit en intimiteit'.

Wat zijn mijn wensen?

Als je arts je een behandeling voorstelt, hoef je daar geen ‘ja’ op te zeggen. Het is erg belangrijk om goed na te denken over wat jij zelf wil. Vraag gerust naar de voordelen en de nadelen van de behandelingen. Wat weegt voor jou het zwaarst? Wat wil je wel, en wat wil je niet? Bespreek je wensen met je arts, zorgverleners en naasten. Vertel hun duidelijk wat je wilt. Dan kunnen zij jou de zorg bieden die bij jou past.