

Wat is een gewassen plas?

Met gewassen plas wordt bedoeld het middelste deel van de urine die bij een urinelozing wordt uitgeplast, nadat de omgeving van de plasbuis is schoongemaakt met wat water. Het gaat erom urine voor onderzoek op te vangen die zo min mogelijk is verontreinigd door door factoren van buitenaf. Een gewassen plas wordt ook wel middenstroomurine of midstream urine genoemd.

Hoe doe je dat, een gewassen plas opvangen?

Een schoon potje voor het opvangen van de urine is te krijgen bij de huisarts of te koop bij drogist en apotheek. Gebruik geen schoongemaakte potjes, er blijven altijd restjes achter die het onderzoek kunnen verstoren. Bij het opvangen van een gewassen plas ga je als volgt te werk:

- Maak de geslachtsdelen schoon, gebruik hiervoor alleen water en een zacht doekje, wrijf niet te hard
- Plas een beetje urine uit in het toilet
- Plas hierna een deel in het potje
- Plas het laatste deel weer uit in het toilet
- Sluit het potje meteen af, schrijf eventueel naam en geboortedatum op het etiket

Is ochtendurine nodig of niet?

Voor sommige onderzoeken is het nodig om ochtendurine op te vangen, dat is de eerste urine die na de nachtrust wordt uitgeplast. In ochtendurine zit een hogere concentratie van de stoffen die worden uitgeplast. Voor een zwangerschapstest is het bijvoorbeeld nodig om ochtendurine op te vangen. Voor onderzoek op bacteriën bij verdenking van een blaasontsteking is ochtendurine wenselijk, maar niet per se nodig. Probeer in ieder geval urine op te vangen na een periode van minstens 4 uur waarin niet geplast is. Belangrijk is dat de urine in een schoon potje wordt opgevangen, niet te oud is bij het inleveren en op de juiste manier wordt bewaard mocht dat nodig zijn.

Hoe moet de urine bewaard worden?

Het beste is om de opgevangen urine zo snel mogelijk bij de huisarts of op het laboratorium af te geven. Als dit niet mogelijk is moet de urine in de koelkast bewaard worden, maar niet langer dan 24 uur. Bij kamertemperatuur kunnen aanwezige bacteriën zich snel vermeerderen, vaal al binnen één uur. Daardoor zou een onbetrouwbaar beeld kunnen ontstaan.

Hoe vang ik plas op bij een kind dat nog luiers draagt?

Bij jonge kinderen die nog niet zindelijk zijn, probeert u de 'vrije plas' als volgt op te vangen:

- Zet een schoon potje klaar met deksel om goed af te sluiten.
- Geef uw kind veel te drinken.
- Kinderen die jonger zijn dan twee jaar plassen daarna meestal binnen 20 tot 30 minuten.
- Spreid bij een meisje de schaamlippen en spoel ze schoon met veel warm water (niet te heet, zonder te poetsen en zonder zeep). Gebruik de douche met een zachte straal of doe uw kind even in bad.
- Een jongen spoelt u ook met warm water schoon, waarbij u de voorhuid voorzichtig terugtrekt (alleen als dat makkelijk gaat).

- Laat uw kind met blote billen op het aankleedkussen liggen en vang de plas op in een schoon bakje, zodra het gaat plassen.
- Als uw kind al kan lopen, laat u het met blote billen rondlopen terwijl u blijft kijken of het gaat plassen. Houd dan snel een schoon opvangbakje eronder.
- In het allereerste beetje plas kunnen soms nog wat huidbacteriën zitten. Daarom is de opgevangen plas het best als het eerste beetje juist niet in het opvangbakje komt.
- Giet de urine in een schoon urinepotje met deksel en sluit het goed af.
- Breng de urine binnen twee uur naar de huisartspraktijk. Bewaar het potje in de koelkast als u het pas later kunt brengen. Maar breng het altijd binnen één dag.

Wat als het niet lukt om 'vrije urine' op te vangen?

Als het niet lukt 'vrije plas' op te vangen, dan moet u gebruik maken van een plaszakje. U kunt dit bij de apotheek verkrijgen. Een plaszakje heeft een plakrand waarmee u het zakje op de huid kunt plakken, na schoonspoelen van de schaamstreek. Controleer elke tien minuten of uw kind heeft geplast. Laat de plaszak in ieder geval niet langer dan een uur zitten. Als de plaszak lang blijft zitten, is de kans groot dat er huidbacteriën in de plaszak komen.

Het nadeel van een plaszakje is dat hiermee soms bacteriën worden gevonden terwijl uw kind geen blaasontsteking heeft. Dat is vervelend omdat uw kind dan wel naar het ziekenhuis moet voor verder onderzoek. Probeer daarom toch eerst de vrije urine van uw kind zelf op te vangen. Zo kunt u misschien voorkomen dat uw kind onnodig naar het ziekenhuis moet.