Zakkaart Urinecontrole

1. Waarom urine controleren?

- **Urineweginfectie** (blaasontsteking)
- **Nierschade**: eiwit in de urine
- **Diabetes**: glucose in de urine
- **Zwangerschap**: eiwit bij hoge bloeddruk
- **Bloed**: steen, ontsteking, soms blaas- of nierkanker
- Een uitslag is een **aanwijzing**, geen diagnose

2. Welke urine opvangen?

- **Middenstraal**: standaard bij plasklachten
- **Eerste ochtendurine**, of **4–6 uur** na de laatste plas: meest betrouwbaar
- **Eerste straal** (eerst in het potje): bij een **soa-test**
- **Spoturine**: voor de albumine/kreatinine-ratio (**ACR**)
- **24-uurs urine**: precies eiwit of zout per dag

3. Uitleg aan de patiënt

- Gebruik een **potje** van praktijk, apotheek of lab
- **Handen wassen**; schaamlippen spreiden of voorhuid terug
- **Afspoelen** met water, droogdeppen
- Eerst in het toilet, **middelste deel** in het potje
- Vooraf max. **1 glas** drinken
- **Binnen 2 uur** inleveren, anders in de **koelkast**

4. Wat stoort de uitslag?

- **Menstruatie**
- **Veel gedronken** (verdund)
- **Zware inspanning**
- **Koorts** of uitdroging
- **Vies potje**, geen middenstraal
- Te **lang** laten staan

5. Dipstick lezen

- **Nitriet +**: past bij een **bacteriële infectie**. Negatief sluit een infectie **niet** uit
- **Leukocyten +**: ontsteking, maar ook bij een vervuild potje
- **Bloed**: infectie, steen, inspanning, menstruatie of iets ernstigers
- **Eiwit**: nierschade, maar ook tijdelijk (koorts, inspanning, blaasontsteking): **herhalen**
- **Glucose**: past bij een hoge bloedsuiker: bloed controleren
- Lees af op de **tijd die op de verpakking staat**

6. Alarm: direct huisarts

- **Koorts** + plasklachten
- **Pijn in zij of rug**
- **Zichtbaar bloed** in de urine
- **Niet kunnen plassen**
- Plasklachten bij **zwangerschap**
- **Ernstig ziek** of snel erger

7. Uitslag en vervolg

Bevinding	Wat kan het betekenen?	Vervolg
Nitriet +	Bacteriële urineweginfectie waarschijnlijk	Huisarts beoordeelt met de klachten
Nitriet –, leukocyten +	Infectie mogelijk	Vervolg: **sediment of kweek**
Nitriet –, leukocyten –	Infectie minder waarschijnlijk	Klachten houden aan? Overleg
Kweek	Welke bacterie, welk antibioticum werkt	Uitslag na **enkele dagen**
Bloed, geen infectie	Steen, nier- of blaasziekte	Herhalen; blijft het? Verder onderzoek
Eiwit op dipstick	Nierschade of tijdelijk	Herhalen en **ACR** laten bepalen
ACR (mg/mmol)	< 3 normaal · 3–30 matig ↑ · > 30 ernstig ↑	Verhoogd: herhalen + **eGFR**
Glucose +	Bloedsuiker te hoog?	**Glucose of HbA1c** in bloed

Vervormde rode bloedcellen in het sediment wijzen op de nieren. 24-uurs urine: albumine < 30 mg normaal, > 300 mg ernstig verhoogd; natrium < 100 mmol ≈ < 6 g zout per dag. Blijvende afwijkingen zijn belangrijker dan één losse uitslag.'

8. Wat doet de assistent?

- Vraag naar **klachten**: branden, vaak plassen, koorts, zijpijn
- Vraag: **zwanger**, man, kind, **diabetes**, nierziekte?
- Check **wanneer** opgevangen en hoe bewaard
- Noteer **uitslag én klachten** in het HIS
- Twijfel? **Overleg** met de huisarts

9. Let extra op bij

- **Zwangeren**: laagdrempelig **kweek**
- **Mannen** en **kinderen**: kweek, overleg
- **Diabetes** en **CVRM**: regelmatig **ACR**
- **Kwetsbare ouderen**: positieve stick zonder klachten is vaak **geen** infectie
- **Terugkerende** infecties: kweek

10. Valkuilen & onthoud

- **Nitriet negatief** is niet 'geen infectie'
- **Eén** afwijkende waarde: eerst **herhalen**
- Gewone dipstick mist **lichte eiwitlekkage**: vraag ACR aan
- Bloed bij **menstruatie**: later herhalen
- **Onthoud:** uitslag + klachten samen = conclusie

Disclaimer: Dit zakkaartje is een hulpmiddel, geen officiële richtlijn of medisch advies. Raadpleeg bij twijfel altijd de actuele bronnen, een arts of een apotheker.