

UITLEG URINE OPVANGEN

Is ochtendurine nodig, of niet?

Voor sommige onderzoeken is het nodig om **ochtendurine** op te vangen, dat is de urine die 's nachts het langst in de blaas heeft gezeten. Voor onderzoek op bacteriën (banale kweek) bij verdenking op blaasontsteking is ochtendurine wenselijk, maar niet per se nodig. Probeer in ieder geval **urine op te vangen na een periode van drie uur waarin niet geplast is**. Belangrijker is dat de urine in een potje van de huisarts wordt opgevangen en **binnen 2 uur** is ingeleverd. Als dat niet lukt moet de urine **in de koelkast bewaard worden**, maar niet langer dan 24 uur. Het beste is om een gewassen plas in te leveren.

Hoe doe je dat: een gewassen plas opvangen?

In een urinepotje van de huisarts. Er is tenminste 30 milliliter (ml) urine nodig. 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. Vrouwen: maak de schaamlippen schoon van buiten naar binnen, van voor naar achter. Houd de schaamlippen opzij bij het plassen. Mannen: trek de voorhuid omhoog, maak de eikel schoon, houd de voorhuid omhoog bij het plassen
- 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 naam en geboortedatum op het etiket

NB: Voor sommige onderzoeken moet juist het eerste deel (eerste portie) van de urine opgevangen worden om een goed onderzoeksresultaat te krijgen; dit geldt onder andere voor **onderzoek naar chlamydia en gonorroe (SOA)**.