

# Blaasontsteking

## 'koutje' op de blaas

# Urineweginfectie



afbeelding naar WikiHow

#### Termen :

- koutje op de blaas = blaasontsteking
- vulva = plassertje = poes = spleetje = kutje = voorhof van de vagina.
- vulvitis = irritatie of ontsteking van de vulva
- blaasontsteking = ontsteking van de urinewegen. Daarom spreken we liever over een urineweginfectie, omdat niet steeds goed valt uit te maken of alleen het onderste deel van de urinewegen ontstoken is, of ook nog hoger. Daarom is dit een aandoening, die altijd heel serieus genomen moet worden.
- poep = ontlasting = behoefte = faeces

Termen :

- *koutje op de blaas = blaasontsteking*
- *vulva = plessertje = poes = spleetje = kutje = voorhof van de vagina.*
- *vulvitis = irritatie of ontsteking van de vulva*
- *blaasontsteking = ontsteking van de urinewegen. Daarom spreken we liever over een urineweginfectie, omdat niet steeds goed valt uit te maken of alleen het onderste deel van de urinewegen ontstoken is, of ook nog hoger. Daarom is dit een aandoening, die altijd heel serieus genomen moet worden.*
- *poep = ontlasting = behoefte = faeces*

**E**en 'koutje op de blaas' is een vriendelijke uitdrukking voor 'blaasontsteking'. Het klinkt vrij onschuldig, als iets wat wel vaker voorkomt, en ook vanzelf wel weer over zal gaan, net als verkoudheid. Dus iets waar je je dus niet direct zorgen over hoeft te maken. Indien er echter werkelijk sprake is van een blaasontsteking, dan dien je je daar wel degelijk zorgen over te maken. Want hoewel urineweginfecties geen ernstige consequenties hóéven te hebben, kúnnen ze wel degelijk bedreigend zijn voor de nieren en dus voor het leven. En dat, terwijl een blaasontsteking vaak met wat extra aandacht te voorkomen is.

## Wat is een blaasontsteking?

Eigenlijk kan je beter spreken van een urineweginfectie, omdat je bij een blaasontsteking nooit zeker weet, of de ontsteking zich wel tot de blaas beperkt. Meestal doet de pisbuis mee – dat is de buis van de blaas naar buiten. Soms doet ook een (of beide) urineleiders mee – dat zijn de buisjes van de nieren tot blaas – met dan ook een serieuze kans op ontsteking van de nier.

Ontsteking in de blaas wordt veroorzaakt, doordat bacteriën in de blaas zijn gekomen en zich daar hebben kunnen vermenigvuldigen. In de urine horen geen bacteriën te zitten, maar ze komen er af en toe wel, vooral bij meisjes. Dat meisjes daar sneller last van kunnen hebben komt, doordat hun pisbuis erg kort is en uitmondt in de 'vulva', het spleetje, en dus vlakbij de anus. Urine bevat geen bacteriën, maar poep zit er helemaal vol mee. En door de korte afstand tussen anus en vulva zitten er altijd veel bacteriën rond de uitmonding van de pisbuis. En daar komen flink wat bacteriën bij als een meisje bij het billenvegen van achter naar voor poetst met het WC-papier – in plaats van van voor naar achter. In een veegje poep zitten al miljoenen bacteriën, dus bij billen vege in de verkeerde richting komen die bij de uitmonding van de pisbuis terecht.

Doordat bij jongens de pisbuis veel langer is, zit de uitmonding ervan – de top van de piemel – veel verder van de anus, en blijft dus vrij van besmetting met poep (behalve bij luierkinderen). En daarbij zorgt die grotere lengte van de pisbuis er voor, dat het bacteriën nauwelijks lukt om via die weg in de blaas te komen.

“Maar als bacteriën toch de blaas bereiken, heeft die blaas dan zelf geen afweer tegen bacteriën?” Gelukkig wel, en als wij bereid zijn om rekening houden met de mogelijkheid van de blaas om zich tegen bacteriën te verweren, dan komt dit over het algemeen ook wel goed. Het is daarom goed om een beetje begrip te krijgen van die afweersysteem in de blaas.

Het afweersysteem van de blaas zit in de blaaswand. Daar stroomt bloed doorheen, met witte bloedlichaampjes die er voor zorgen dat als er toch bacteriën in de blaas terecht zijn gekomen, zij direct opgeruimd worden. Die bloedlichaampjes zorgen er voor dat zo'n brutale bacterie die de blaasholte is binnengekomen niet in de wand van de blaas kan binnendringen. Het zijn dus afweercellen in de wand van de blaas, die de blaas tegen bacteriën verdedigen. Voor een goede afweersysteem is het nodig, dat de wanden van de blaas geregeld zich helemaal tegen elkaar aan kunnen vleien om zo ook de laatste bacteriën van de blaasinhoud op te kunnen ruimen. Maar daartoe dient de blaas dus wel helemaal leeg geplast te worden. En zo wordt na elke keer plassen de blaas weer gereinigd – als het goed is.

## Waar het verkeerd kan gaan

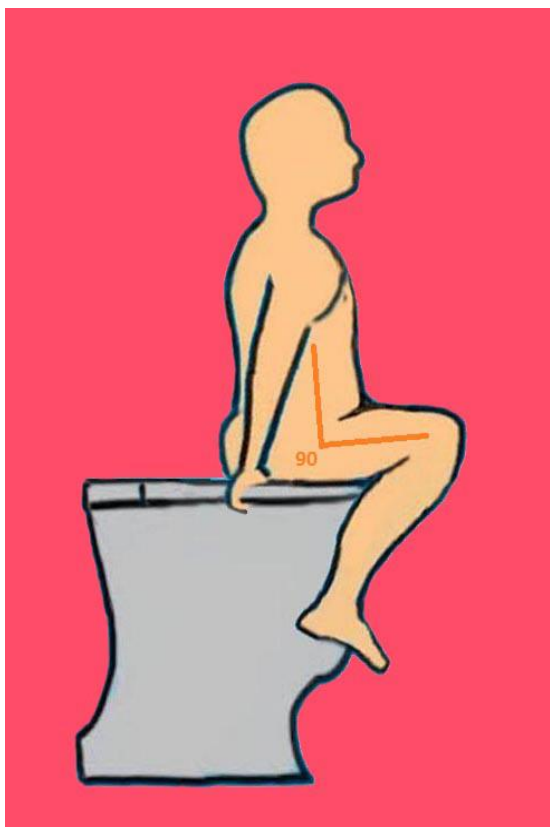
Het kan fout gaan als er om welke reden dan ook wat urine in de blaas blijft staan. De weinige bacteriën die in de blaasholte zijn binnengedrongen, worden dan niet weggevangen, want tegen vrij zwemmende bacteriën in een gevulde blaas kunnen de afweercellen nauwelijks wat uitrichten. Het gevolg is, dat deze bacteriën zich in de urine in de blaasholte kunnen vermenigvuldigen – en na enkele uren zijn er dan niet een paar, maar tienduizenden bacteriën. Als de blaas dan wéér niet helemaal leeg geplast wordt zitten er een uur later miljoenen bacteriën in de blaas, bacteriën die

allemaal proberen om binnen te dringen in de blaaswand. En deels lukt dat, want tegen zoveel overmacht is de afweer niet bestand, waarmee de blaasontsteking een feit is.

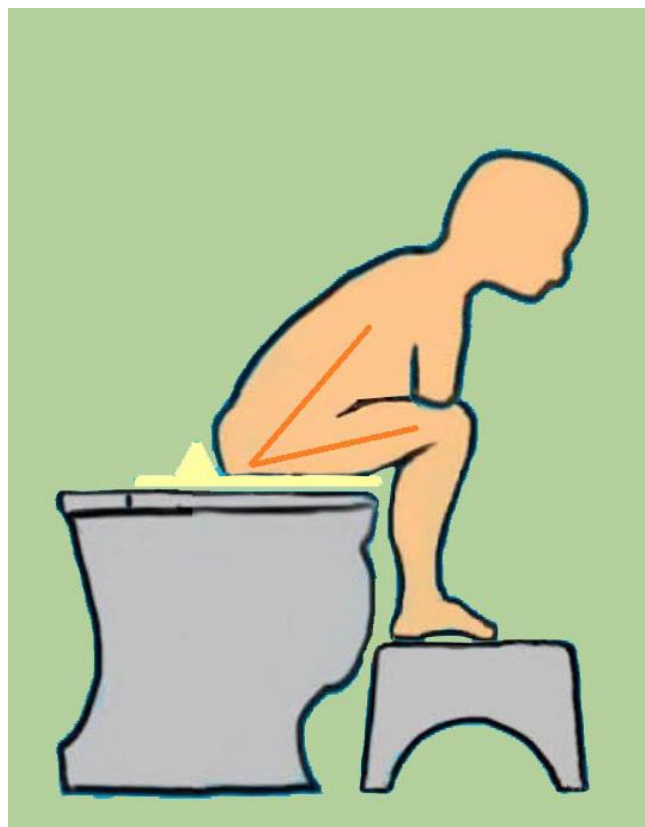
Een belangrijke oorzaak van blaasontstekingen is dus het niet goed legen van de blaas. Dit wordt veel gezien als een kind niet rustig de tijd neemt om kalm helemaal uit te plassen, zodat er nog een restje urine in de blaas blijft staan. Daardoor worden eventuele bacteriën niet opgeruimd. Als bij een volgende urinelozing dan wel weer goed wordt uitgeplast, hoeft er nog steeds niets aan de hand te zijn, omdat alle bacteriën dan alsnog opgeruimd worden. Maar blijf ook bij die volgende urinelozingen toch weer wat urine in de blaas staan, dan wordt de kans groot dat het mis gaat en de afweer van de blaas het moeilijk krijgt. Bij zo'n blaasontsteking ontstaat pijn [a] als teken dat er iets niet goed gaat. En de blaas reageert verder door zo leeg mogelijk te willen zijn (om de afweer te helpen), wat wil zeggen dat je heel vaak aandrang hebt en moet plassen. Soms krijg je van je blaas nauwelijks de tijd om naar de WC te gaan, met natte plekken in je broek als gevolg. En dat stinkt dan ook wat, niet naar urine, maar bijvoorbeeld met een rottingsgeur of zelfs poeplucht, afhankelijk van de bacteriesoort die de ontsteking veroorzaakt.

Even terzijde: Over urinegeur heerst overigens nogal wat verwarring. De scherpe geur die je in een pisbak of luier kunt ruiken is niet de geur van urine zoals die uit de blaas komt. Urine zelf stinkt niet erg, en zeker niet met een scherpe geur. Maar eenmaal buiten het lichaam zijn er bacteriën die urinebestanddelen omzetten in ammoniak – en dat is wat die scherpe geur veroorzaakt. Ammoniaklucht heeft dus helemaal niets met ontsteking te maken.

Wat veroorzaakt nu, dat de blaas niet helemaal leeg geplast wordt en dus kan gaan ontsteken? Ik noemde al het ontbreken van rust en aandacht. Een bekend voorbeeld is de 'potspringer', het meisje dat haar blaas niet de tijd gunt om ontspannen leeg te lopen, omdat er een vriendinnetje staat te wachten. Snel broek naar beneden, haastig op te pot, persen om de blaas zo snel mogelijk leeg te krijgen, snel weer van de pot, broek hoog en wegwezen. Maar een blaas laat zich niet leegpersen. Om goed uit te plassen moet je zelfs óntspannen - even diep zuchten helpt vaak om de plas rustig te laten komen. Ook heeft de blaas even tijd nodig om zelf de laatste druppeltjes kwijt te raken, en die tijd moet je hem geven. Dan pas liggen de wanden van de blaas tegen elkaar en kunnen zij hun reinigende functie uitoefenen. Een andere reden die we veel zien is, dat kleine kinderen niet ontspannen op een wc pot zitten.



*Recht balancerend op 'grote mensen WC'*



*Met voetensteun en inzetbril een goede houding*

Zittend op de voorkant van de bril raken hun voeten de grond niet. Hun beentjes zoeken steun rond de WC-pot om het evenwicht te bewaren. Hierbij veelal de rug recht en handen aan de bril. Dat is bepaald geen ontspannen houding, en deze bevordert een goede blaasbelediging dan ook niet. Veel beter is het, om nog een potje te gebruiken, of een voetenbankje voor de WC plus een inzet-kinderbril. Overigens zijn dit ook voorwaarden om goed te kunnen zitten tijdens het poepen. Deze tekeningen en een meer uitgebreide beschrijving staan dus ook in de flipboeken over [Poep-problemen](#) en over 'Buikpijn' in deze website.

Bij verstoppingsklachten wordt trouwens ook wat vaker een blaasontsteking gezien. Een mogelijke reden daarvan is, dat de blaas zich niet optimaal legen kan, doordat hij hierbij gehinderd wordt door de opgestopte en daardoor te dikke endeldarm. Een andere reden kan zijn, dat verstoppingsklachten nogal een de oorzaak zijn van poep-vegen in de broek, en die beroeren dan weer de vulva.

Een beetje vergelijkbaar met het meisje dat de tijd niet neemt om rustig uit te plassen is het jongetje, dat de tijd niet neemt om zijn gulp open te ritsen (of te knopen). In plaats daarvan trekt hij zijn broek wat naar beneden, trekt zijn piemel over zijn broekriem heen en staat hij zo te plassen. Die broekriem staat onder spanning, en drukt tegen de onderzijde van de piemel aan, waardoor de meeste urine wel uit de blaas verdwijnt, maar het laatste restje niet doordat de broekriem dat verhindert.

## Een aanlegfoutje komt gelukkig veel minder vaak voor

Een heel andere, en heel serieuze reden waardoor de blaas niet goed leeg plast is, dat er met urinewegen zelf wat mis is. Dit komt gelukkig maar weinig voor, maar een blaasontsteking kan hier het eerste teken van zijn.

Een bekende medische oorzaak is een aangeboren plooitje bij jongens aan het begin van de pisbuis. Dit werkt dan als 'klepje' en verhindert een goede blaaslediging. Een andere oorzaak kan zijn, dat de afsluiting tussen een urineleider en de blaas niet naar behoren functioneert. Normaal loopt urine van de nier via een lange urineleider naar de blaas. Bij de blaas aangekomen loopt het langs een klepje in de blaaswand, dat ervoor zorgt dat de urine wel de blaas in kan lopen maar niet terug kan stromen. Als dat klepje niet goed werkt, stroomt tijdens het plassen een deel van de urine weer terug de urineleider in, die daardoor wat opgeblazen wordt en uitrekt. Zodra de blaas dan leeg geplast is stroomt het beetje urine, dat terug in de urineleider geblazen is weer naar de blaas. Daardoor is de blaas nooit helemaal leeg en kan de blaasafweer dus niet goed functioneren – met grote kans op niet alleen een blaasontsteking, maar ook een uitgebreidere urineweginfectie. Want een groot risico van deze situatie is, dat de met bacteriën vervuilde urine terug de urineleiders in stroomt tot de nier aan toe, met een lelijke kans op nierontsteking – een bedreigende situatie! Overigens kan dit zelfs zonder ontsteking al bedreigend zijn voor de nier.

Dit soort situaties zijn de reden, dat een blaasontsteking, zeker als die zich herhaalt, niet afgedaan mag worden met een kleinerend 'koutje op de blaas', maar dat hiervoor echt onderzoek gedaan moet worden naar de oorzaak van een blaasontsteking.

De belangrijkste adviezen zijn dan ook:

- Elke blaasontsteking verdient medisch onderzoek naar de oorzaak ervan.
- Maar check zelf alvast of je kind wel op de juiste manier plast. Dat is nuttige informatie voor de dokter.
- Ook als zich nog geen blaasontsteking heeft voorgedaan is het natuurlijk goed om er voor te zorgen dat je kind op de juiste manier plast, dus op ontspannen wijze en niet gehaast. Een voetenbankje en inzetbril kosten weinig en helpen goed.

[a] Verwar dit bij meisjes niet met 'vulvitis' (= geïrriteerd 'spleetje'), wat ook [pijn bij plassen](#) veroorzaakt, doordat op zich schone urine langs ontstoken slijmvlies van het 'spleetje' stroomt. Juist omdat het plassen zelf dan pijn doet, zal het meisje geneigd zijn om de plas nog wat op te houden, terwijl bij een blaasontsteking een kind juist vaker zal plassen door verhoogde aandrang [b], en het daarbij veelal ook ziekteverschijnselen zal vertonen.

[b] Verhoogde aandrang wijst niet altijd op blaasontsteking. Een website, die daar meer over meldt is: <https://www.nijsmellinghe.nl/717/kinderen-met-plasklachten-die-overdag-nat-zijn>