



Isala klinieken

Pias

&

Pienter



Dit boekje is eigendom van de Isala klinieken.

Heb je het uit? Breng het dan terug naar de kinderopli.

# Inleiding

Kinderen die in hun broek plassen, hebben vaak problemen met hun toiletgewoontes. Ze verdringen signalen die aangeven dat ze naar de wc moeten gaan, of ze legen hun blaas niet goed. Kinderen met deze problemen komen vaak terecht bij een continëntieteam. De taak van het continëntieteam is o.a. kinderen te leren hoe hun lichaam werkt, waarom ze moeten plassen en ze zo te laten inzien hoe belangrijk het is om op tijd naar de wc te gaan.

Dit boekje 'Plas en Pienter' is vooral bedoeld voor jonge kinderen met deze problemen. De kindercontinentieverpleegkundige kan met behulp van Plas & Pienter alle informatie eenvoudig en op een leuke manier uitleggen.

## Verantwoording

Het copyright van dit boekje berust bij het Zweedse Instituut voor Hulpmiddelen. De tekeningen en teksten zijn met toestemming overgenomen en vertaald.

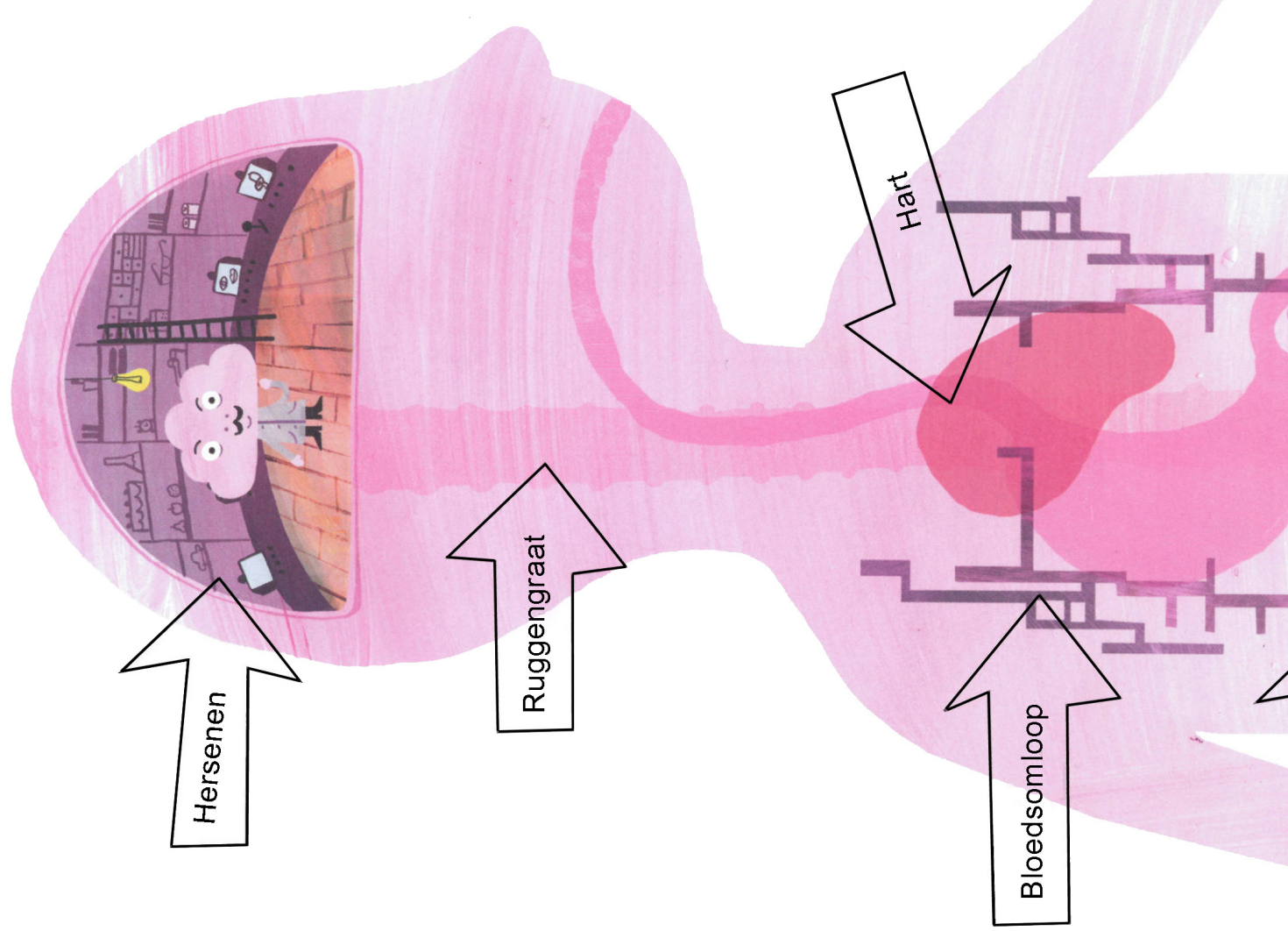


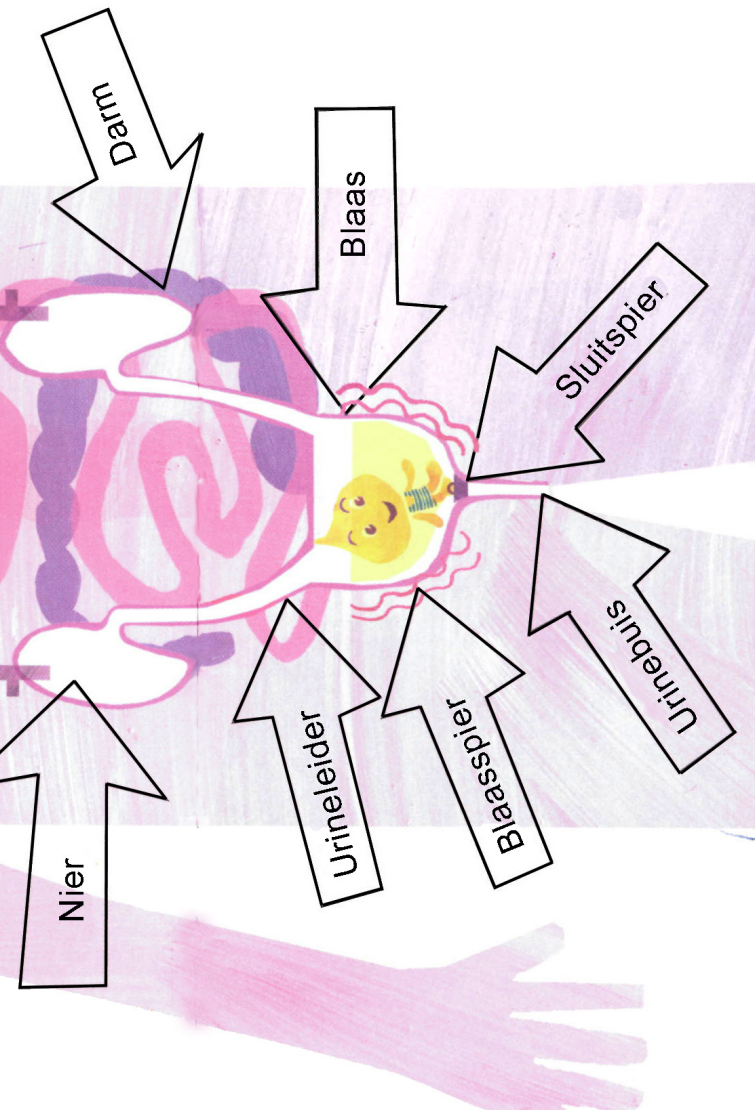
Dit is Bram. Hij doet graag tv-spelletjes.



Bram drinkt graag limonade. Hij krijgt  
dorst van tv-spelletjes doen.







**Hersenen** - de hersenen sturen wat het lichaam moet doen of niet moet doen.

**Ruggengraat** - de signalen van de blaas lopen via de ruggengraat naar de hersenen en weer terug naar de blaas.

**Hart** - het hart pompt het bloed rond in het lichaam via de bloedsomloop.

**Bloedsomloop** - de bloedsomloop is het transportsysteem van het lichaam. Via de bloedvaten gaat het bloed naar de nieren om te worden schoongemaakt, de bloedvaten transporteren ook bijvoorbeeld zuurstof van de longen naar de rest van het lichaam.

**Darmen** - in de darmen belandt ten slotte ons eten. De darmen bewerken het eten en zorgen ervoor dat we het goede behouden en wat we niet nodig hebben, poepen we uit.

**Nieren** - de nieren maken het bloed schoon. Wat we niet nodig hebben, wordt urine. Het schone bloed gaat weer terug in ons lichaam.

**Urineleiders** - urineleiders transporteren urine van de nieren naar de blaas.

**Blaas** - de blaas slaat de urine tijdelijk op.

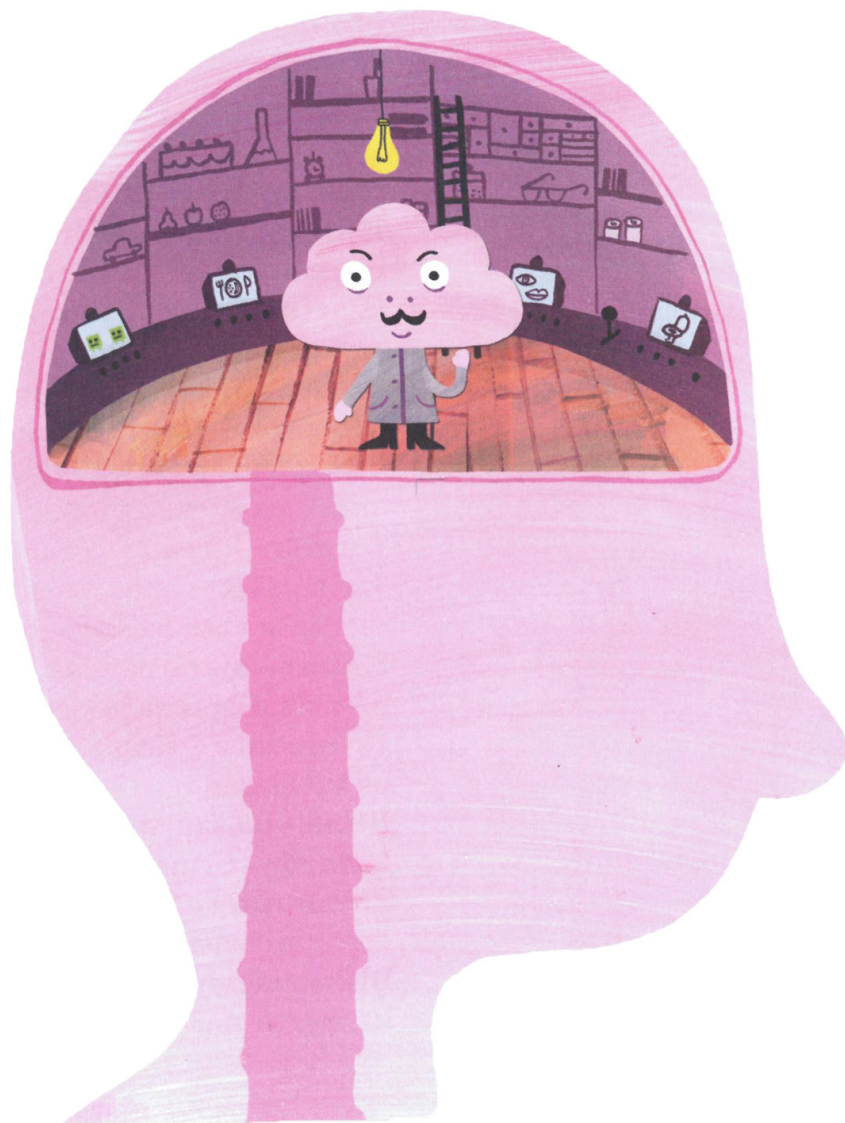
**Urinebuis** - als we plassen loopt de urine door de urinebuis.

**Sluitspier** - de sluitspier werkt als een prop die zorgt ervoor dat de urine in de blaas blijft totdat het tijd is om te plassen.

**Blaasspier** - de blaasspier zit vol met gevoelscellen die voelen wanneer de blaas vol begint te raken.



Dit is Pienter.  
Hij woont in de  
hersenen en regelt  
alles wat in het  
lichaam gebeurt.  
Ieder deel in het  
lichaam heeft een  
eigen afdeling.  
Pienter regelt alles.





En dit is Plas.

Hij woont in de urineblaas waarin de urine wordt verzameld.

Plas zorgt ervoor dat de blaas wordt geleegd.







Het hart pompt het bloed rond in het lichaam. Als het bloed door de nieren wordt gepompt, wordt het afval eruitgehaald. De nieren maken het bloed schoon; het afval en water dat het lichaam niet wil hebben, wordt urine. De nieren kunnen geen pauze nemen tijdens hun werk in de 'plasfabriek': ze werken altijd door.

Via de urineleiders druppelt de urine naar de urineblaas. Daarin wordt de urine verzameld totdat het tijd is om te plassen en de blaas te legen. Als de blaas wordt gelegeerd, trekt de blaasspier zich samen terwijl de sluitspier die de urinebuis afsluit, zich ontspant. Dan wordt de urinebuis geopend zodat de urine eruit kan lopen.



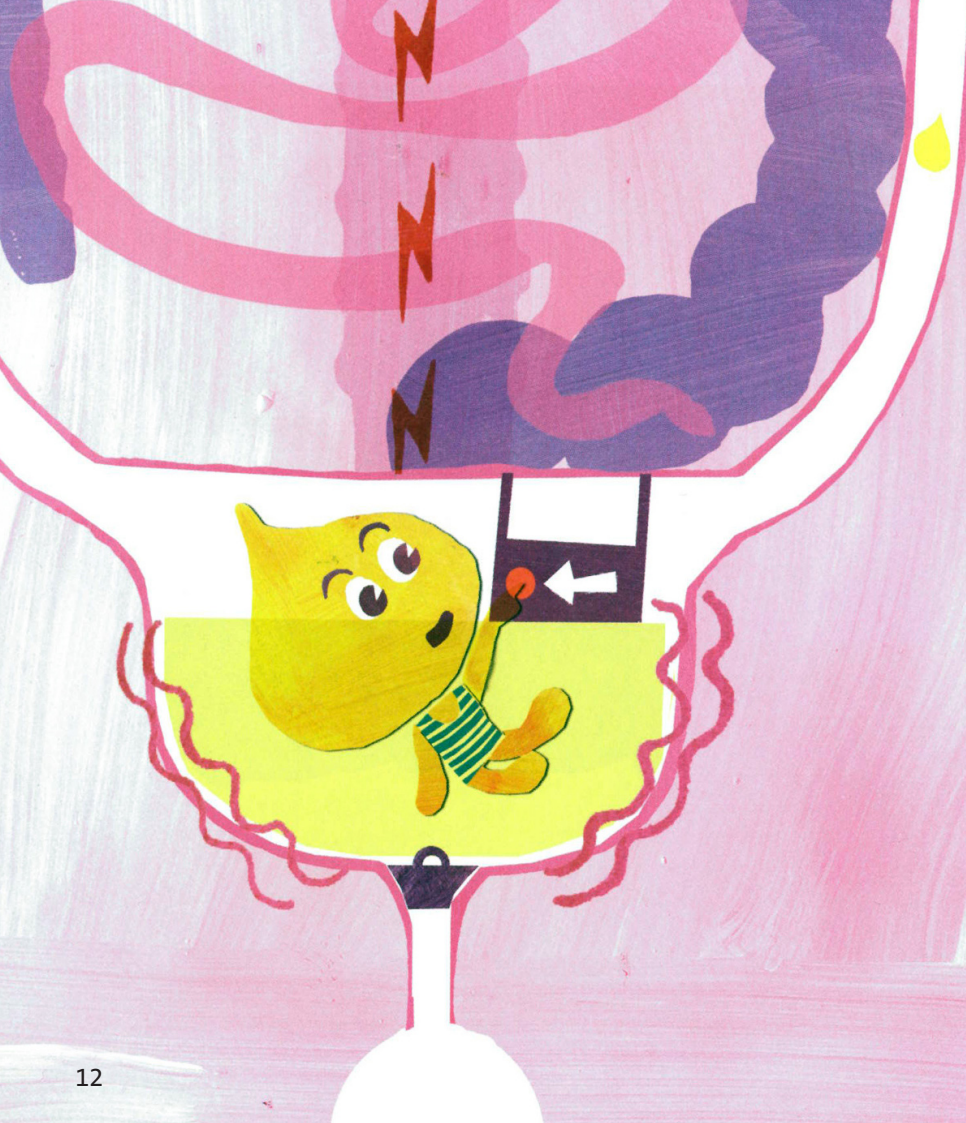


Nu raakt de urineblaas voll! De gevoelscellen voelen dat en de spier van de blaas trekt zich samen. Plas raakt een beetje in de stress, het is bijna tijd om de blaas te legen.



Bram moet plassen.



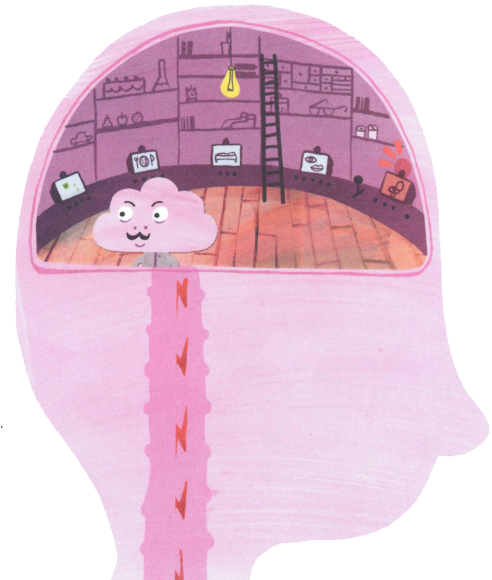


Plas stuurt een signaal naar de hersenen dat de blaas vol begint te raken en gelegeerd moet worden.



In de hersenen zitten verschillende afdelingen. Het signaal van de blaas gaat naar de plascentrale. In de hersenen kan Pienter reageren op het signaal door te bepalen dat het tijd is om naar de wc te gaan. Als Pienter bezig is met iets anders, kan hij Plas ook melden even te wachten met het legen van de blaas.

Het signaal wordt via de ruggengraat van de blaas naar de hersenen gestuurd



Pienter is bezig met het tv-spelletje en trekt zich niets aan van het signaal. Hij zegt tegen de blaas dat hij zich niet druk moet maken. Hij vindt dat het nog geen tijd is om naar de wc te gaan.



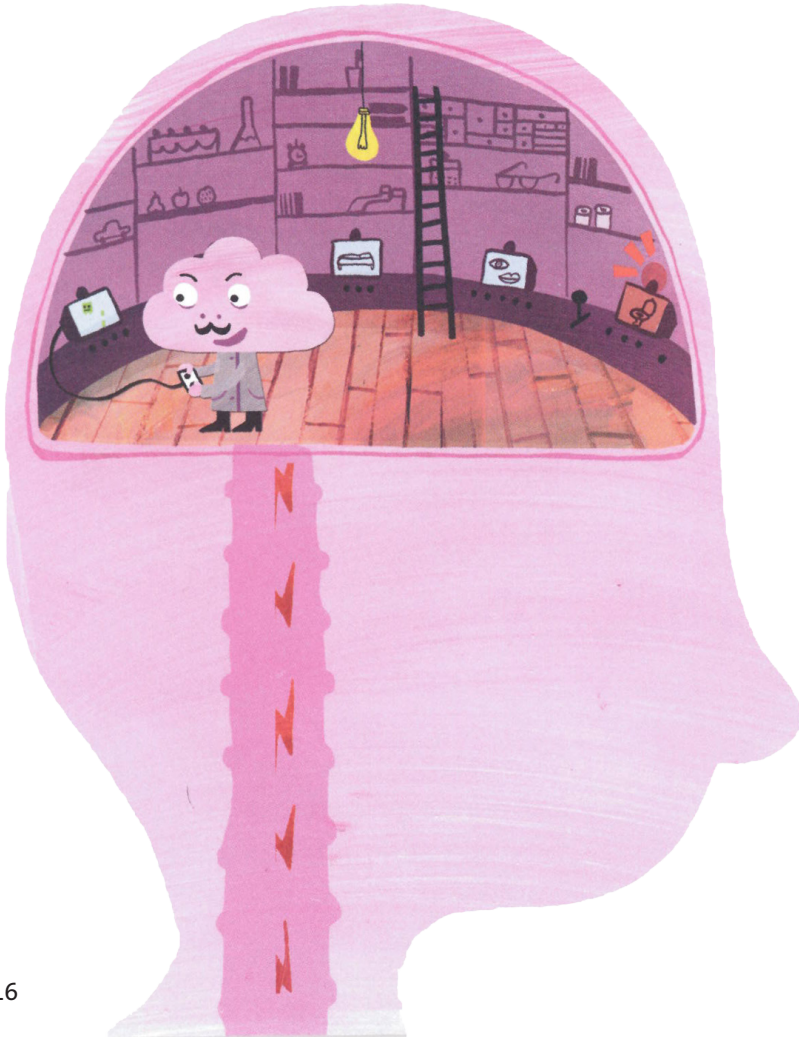




De blaas ontspant zich als de hersenen zeggen dat het OK is. Plas wordt rustig.

Maar de blaas zit nog steeds vol en na een tijdje voelen de gevoelscellen het weer.  
Plas stuurt een nieuw signaal naar de hersenen.

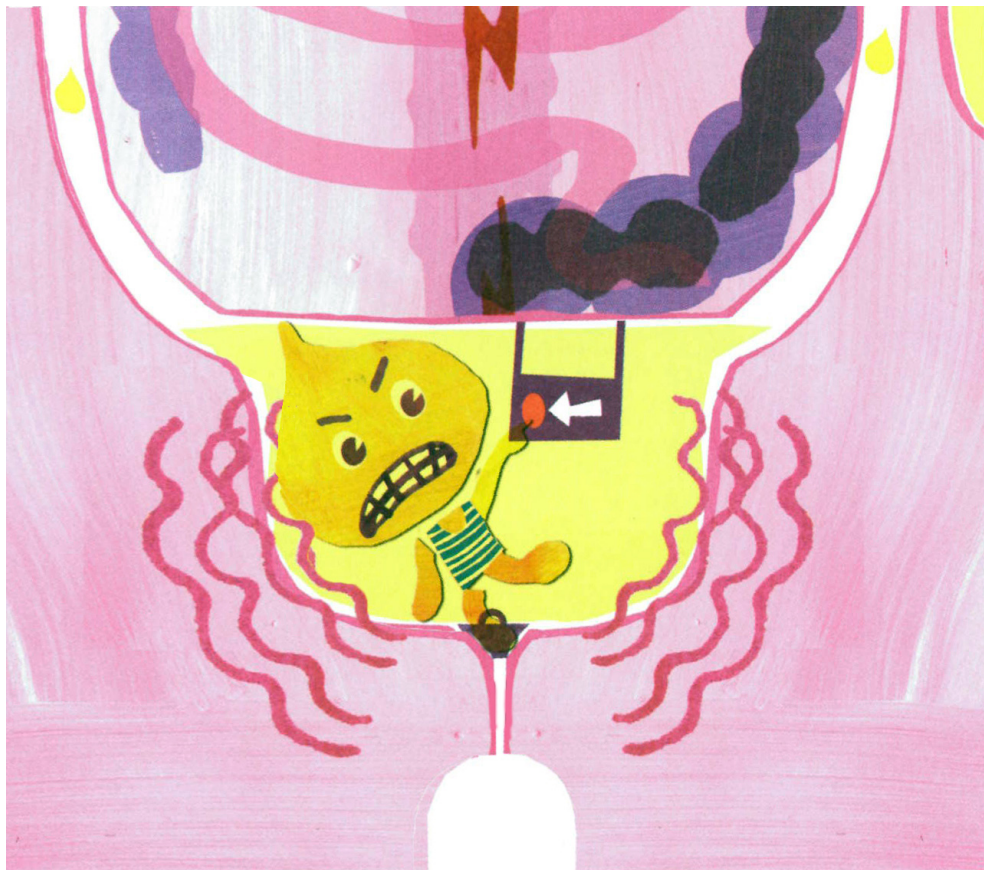
Het tv-spelletje is spannend en Pienter trekt zich nog steeds niets van het signaal aan. Hij gaat door met spelen.





Als de hersenen zich nog steeds niets aantrekken van de signalen, ontspant de blaas zich weer voor een tijdje.





Maar al snel zit de blaas heel erg vol met plas. Omdat Bram al een tijdje niet heeft gepoept, zit er poep in de darmen die op de blaas drukt. De signalen blijven naar de hersenen gaan.

Pienter trekt zich nog steeds niets aan van de signalen. Hij is helemaal in de ban van het tv-spelletje.





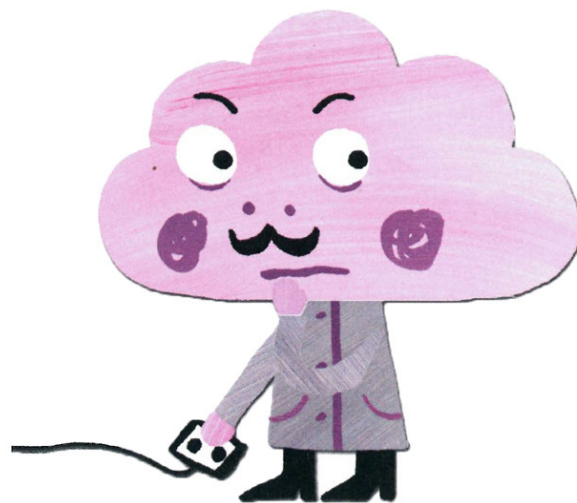
Nu kan Plas niet meer op Pienter wachten. Hij neemt de zaak in eigen hand. De blaas moet gelegee worden!





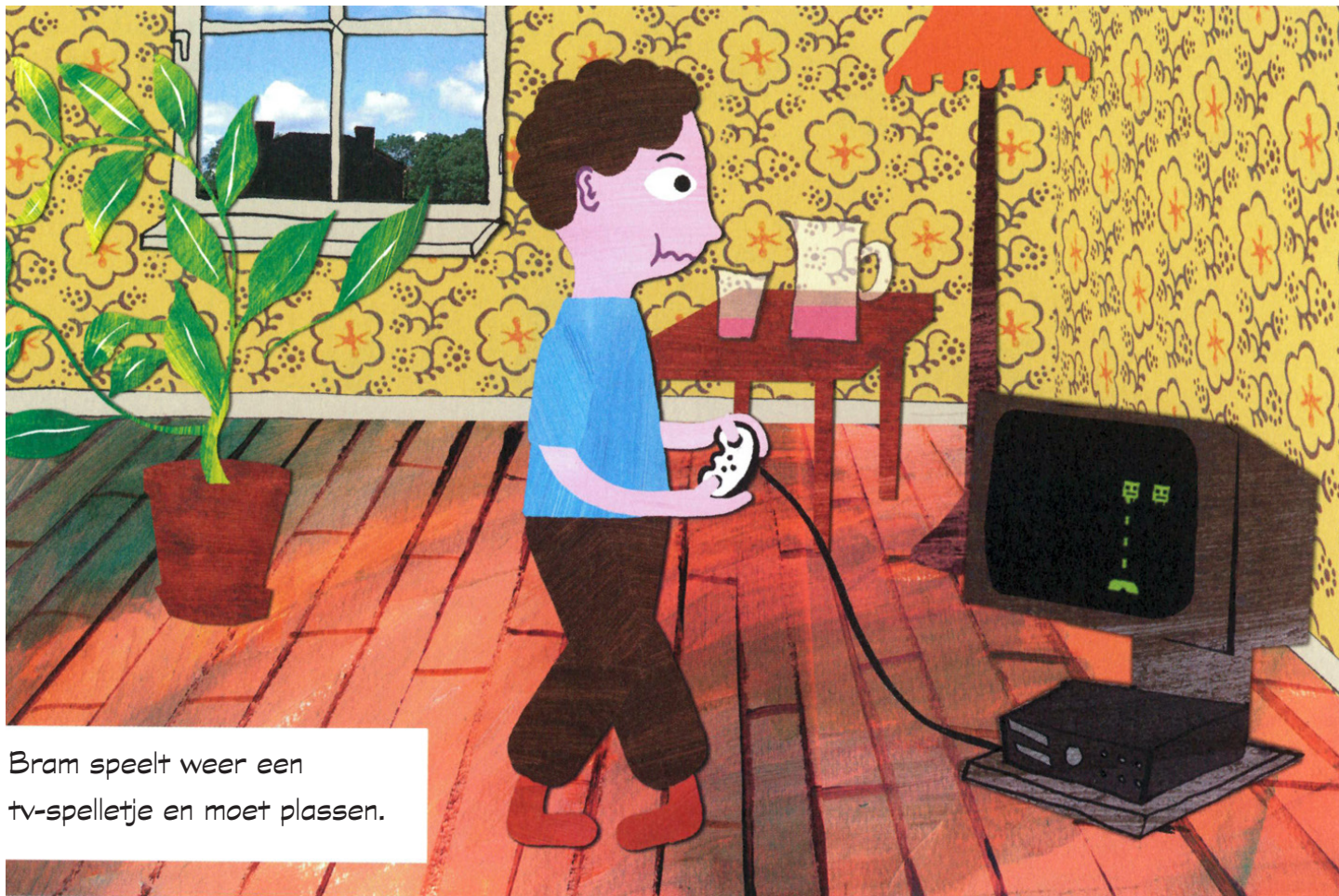
Bram plast in zijn broek.

Pienter heeft spijt dat hij niets heeft gedaan met de signalen.  
Nu is het te laat!



De volgende

dag



Bram speelt weer een  
tv-spelletje en moet plassen.



Plas stuurt een signaal  
naar Pienter.



De signalen gaan naar het plascentrum van de hersenen. Pienter ontvangt de signalen en stuurt een signaal dat het tijd is om naar de wc te gaan.







Bram zet het spel op pauze en gaat naar de wc.

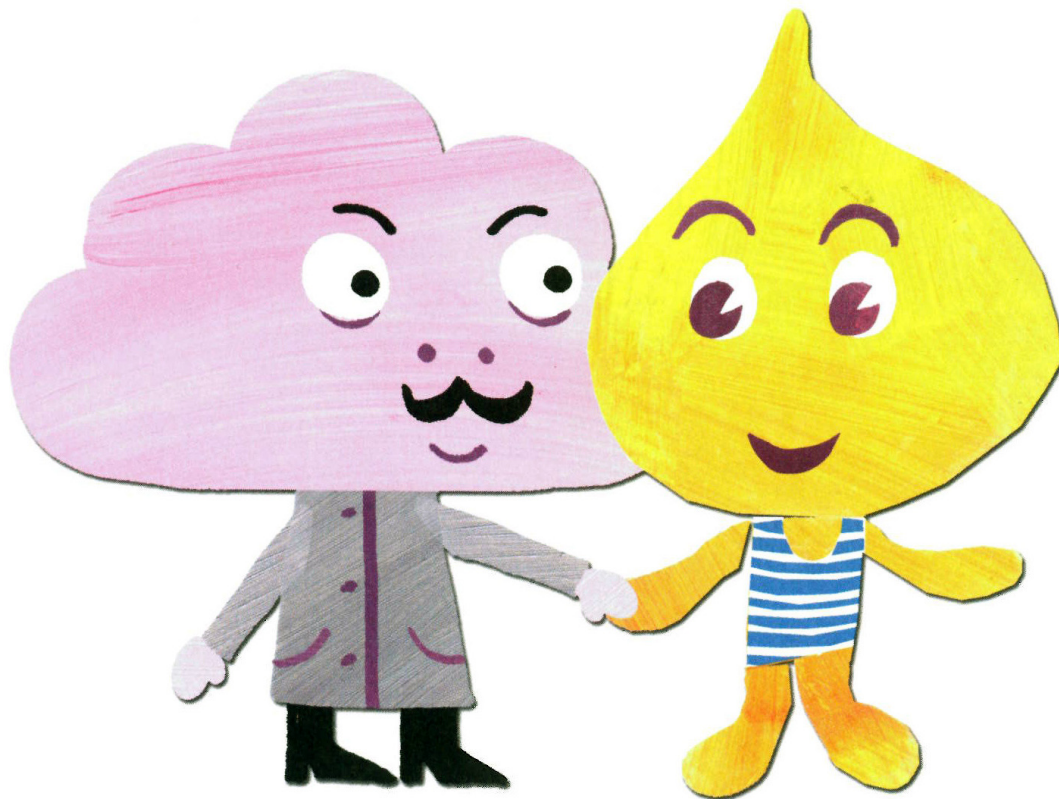






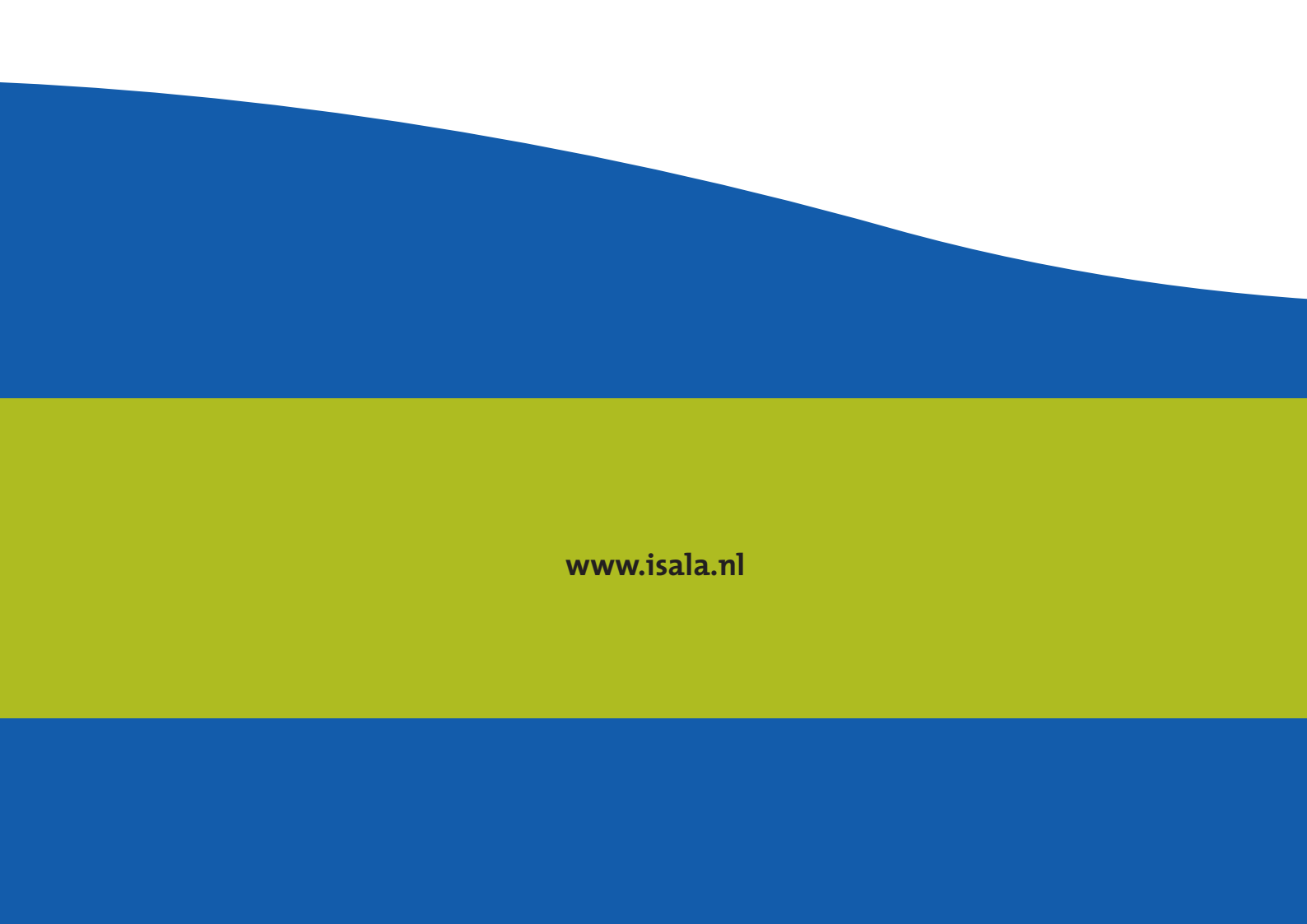
De blaas ontspant zich en wordt  
geleegd.  
De blaas wordt klein en Plas is blij.





Het werkt het beste als Plas en Pienter samenwerken!!!



The background of the slide features a stylized, wavy design. It consists of three horizontal bands: a top blue band, a middle green band, and a bottom blue band. The boundary between the top and middle bands is a smooth, undulating curve that slopes downwards from left to right. The middle green band is a solid, uniform color, while the top and bottom blue bands are also solid but separated by the wavy line.

[www.isala.nl](http://www.isala.nl)