



Ziekenhuis
Rivierland
Patiënteninformatie

Zorgtraject stomapolikliniek
EEN STOMA ...WAT NU?.



Als u een stoma krijgt, kan dit een ingrijpende gebeurtenis zijn. Goede voorlichting en instructie bij het krijgen van een stoma zijn daarom erg belangrijk. De medewerkers van het ziekenhuis zullen u dan ook goed informeren

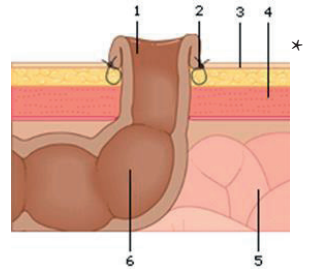
EEN STOMA ...WAT NU?

Van uw behandelend specialist heeft u te horen gekregen dat er bij u (misschien) een stoma moet worden aangelegd. Van te voren is het niet altijd zeker of een stoma nodig is. Soms wordt er tijdens de operatie pas besloten om een stoma aan te leggen. Toch is het goed om erop voorbereid te zijn.

In deze folder leest u alles over de stoma: wat is een stoma en wat zijn de gevolgen van een stoma op uw dagelijks leven.

WAT IS EEN STOMA?

Een stoma is een chirurgische aangelegde kunstmatige uitgang voor urine of ontlasting. Operatief wordt een stukje darm door de buik naar buiten geplaatst. De urine of ontlasting wordt dan opgevangen in een kunststof zakje.



STOMAUVERPLEEGKUNDIGE

Als de arts met u de mogelijkheid van een stoma heeft besproken, komt u in contact met de stomaverpleegkundige. Dit is een verpleegkundige die gespecialiseerd is in de zorg voor stomapatiënten. Zij werkt vanuit de afdeling en komt ook op de poli. Op de poli informeert zij u over het krijgen van een stoma en de gevolgen van de stoma op uw dagelijks leven.

PLAATSBEPALING

Tijdens het informatiegesprek op de poli en/of vlak voor de operatie kijkt de stomaverpleegkundige welke plaats op de buik het meest geschikt is voor een stoma. Met een markeerstift zet ze één of meerdere stippen op uw buik. Op de plek van één van deze stippen zal de chirurg de stoma aanleggen.

OPNAME

U wordt opgenomen op de verpleegafdeling M3 waar de stomaverpleegkundigen ook werkzaam zijn, tezamen met hun gediplomeerde collega's en leerling verpleegkundigen. Al deze medewerkers zullen u helpen met en begeleiden bij de verzorging van uw stoma. Daarvoor is een stappenplan ontwikkeld zodat het duidelijk is wat u zelf kunt doen en waar u hulp bij nodig heeft. Dit stappenplan is in deze folder terug te vinden.



*

ZELFSTANDIG

Het is ons doel u zo snel en zo goed mogelijk de zorg voor uw stoma aan te leren. Wij willen u namelijk, voor zover dit mogelijk is, uw zelfstandigheid teruggeven.

INSTRUCTIE

Tijdens uw ziekenhuisopname komt de stomaverpleegkundige van maandag tot en met vrijdag bij u langs. Men houdt in de gaten hoe het gaat met u en de stoma. Een aantal dagen na de operatie plant zij een afspraak met u en eventueel uw partner of andere naasten om samen de verzorging van uw stoma door te nemen en te oefenen. Aan de hand het stappenplan in deze folder leert u de verschillende handelingen die u moet uitvoeren. Vervolgens gaat u samen met de stoma- of afdelingsverpleegkundige oefenen uw stoma zelf te verzorgen.

ONTSLAG

Zodra bekend is wanneer u het ziekenhuis mag verlaten, regelen we alles rondom de stomazorg, zoals de materialen, thuiszorg en de overdracht. De stomaverpleegkundige schakelt een medisch speciaalzaak in die alle materialen bij u thuis brengt. Deze medisch speciaalzaak handelt de administratie met uw zorgverzekeraar af. De vergoeding van de stomamaterialen is opgenomen in het basispakket. Afwijkende producten zijn voor eigen rekening. De stomaverpleegkundige kan u hier meer over vertellen.

Bij ontslag uit het ziekenhuis is door de transferverpleegkundige thuiszorg geregeld. U krijgt een overdracht mee voor de verpleegkundige van de thuiszorg. Een week na uw thuiskomst belt de stomaverpleegkundige u op, om te vragen hoe het met u gaat. Verder wordt er een afspraak voor u gepland op de poli, ongeveer 2-3 weken na de operatie. Bij deze afspraak worden de hechtingen rondom uw stoma verwijderd. We vragen u om bij elk bezoek aan de stomapoli uw stomamateriaal mee te nemen.

VERVOLGAFSPRAKEN

De stomaverpleegkundige zal u poliklinisch blijven vervolgen. Het is raadzaam om het eerste jaar regelmatig een afspraak met haar te maken, daarna is het zinvol om eenmaal per jaar een bezoek te brengen aan de poli.

Wij hopen dat u snel vertrouwd raakt met de zorg voor u stoma en wensen u een goed herstel toe!

STAPPENPLAN STOMAZORG

KENNISMAKEN MET DE STOMA	AFGEROND OP
U heeft de stoma gezien	
U heeft de stoma aangeraakt	
U heeft gezien hoe het zakje wordt geleegd	
U heeft gezien hoe het zakje wordt verschoond	
U heeft gezien hoe de huidplaat wordt verschoond (twee-delig)	
ZELF LEREN ZORGEN VOOR DE STOMA	AFGEROND OP
U weet welke materialen u klaar moet leggen voor het verzorgen van de stoma	
U weet wanneer het zakje geleegd/verwisseld moet worden	
U kunt onder begeleiding het zakje legen	
U kunt onder begeleiding het zakje verwisselen	
U kunt onder begeleiding de huidplaat verwisselen (tweedelig systeem)	
Uw partner/naaste is aanwezig geweest bij instructie over de verzorging van de stoma	
ZELF ZORGEN VOOR DE STOMA	AFGEROND OP
U kunt zelfstandig het zakje legen	
U kunt zelfstandig het zakje verwisselen (tweedelig)	
U kunt zelfstandig de huidplaat verwisselen (tweedelig)	
U kunt zelfstandig het zakje verwisselen (eendelig)	
U kunt, aan de hand van een mal, de opening van de huidplaat op maat knippen	

VOORLICHTING	AFGEROND OP
U heeft uitleg gekregen over stoma-opvangmateriaal	
U heeft de instructiekaart over het gekozen opvangsysteem gekregen	
U heeft uitleg gekregen over gasvorming en werking van het filtermateriaal	
U heeft voedingsrichtlijnen gekregen	
U heeft informatie over de stomavereniging gekregen	
U heeft voorlichting gekregen over baden en douchen	
U heeft informatie gekregen over activiteiten en sport	
U heeft informatie gekregen over huidcomplicaties	
U heeft informatie gekregen over het belang van het aanpassen van de mal.	
VOORBEREIDING ONTSLAG	AFGEROND OP
U heeft informatie gekregen over de materialen die thuis nodig zijn	
U heeft informatie gekregen over hoe u zelf materialen kunt bestellen	
U heeft informatie gekregen over de zorg die de thuiszorg u kan bieden	
U weet waar u telefonisch terecht kunt met vragen	
U heeft een afspraak op de polikliniek Stomazorg	

ALGEMENE TIPS

- Tijdens het schoonmaken van de stoma kan het slijmvlies soms iets gaan bloeden. Dit is niet erg, als het binnen redelijke tijd gestopt is. Een koud washandje of gaas op de stoma kan een hulpmiddel zijn.
- Verzorg de stoma bij voorkeur als u weinig ontlasting hebt, zoals 's-morgens voor het ontbijt. Op deze manier heeft u zomin mogelijk afloop van uw stoma bij het vervangen.
- Verzorg afhankelijk van uw lichamelijke conditie en voorkeur, uw stoma staand of zittend. Zorg ervoor dat uw huid glad is. Huidplooiën zorgen ervoor dat de plak niet blijft zitten.
- Wees alert op hoeveelheid van de productie en de regelmaat.
- Haren op de huid rond de stoma kunt u 1 á 2 per week wegscheren. Het scheren dient altijd te gebeuren van het stoma af.
- Douchen kunt u met of zonder opvangmateriaal.
- Gebruik nooit oplosmiddelen, ontvettende middelen of vette crèmes op de huid rond de stoma. Deze middelen irriteren de huid en verminderen de plakkracht van de huidplaat. Gebruik alleen producten die speciaal bedoeld zijn voor het gebruik onder opvangmateriaal.
- Het is niet noodzakelijk de plakresten van de huid te verwijderen. Maak alleen gebruik van removers op voorschrift van de stomaverpleegkundige. Maak na het gebruik van removers de huid goed schoon met lauwwarm water. Removers worden meestal niet vergoed door de zorgverzekeraar.
- Het stomazakje heeft een koolstoffilter om ervoor te zorgen dat de gasvorming uit de darm reukloos ontsnapt. Laat deze filter niet nat worden want dan werkt het niet meer. In de doos met stomazakjes bevinden zich stickertjes die u op de filter kunt plakken bij diarree of als u gaat zwemmen of douchen. De filter wordt dan niet nat en als u het stickertje weer verwijdert, werkt de filter nog.

- (Koolstof) filters trekken vaak vacuüm in periodes van weinig gasvorming. U kunt de filter dan even afplakken.
- Wanneer de ontlasting bovenin het zakje blijft hangen, kunt u een paar druppels olie of een propje toiletpapier in het zakje doen. Ook zorgen voldoende vezels en vocht voor een betere afloop van ontlasting.
- Verder kunt u, als het zakje vacuüm trekt en de ontlasting bovenin blijft plakken, de filter afplakken met een sticker. Het zakje wel met wat lucht erin aanbrengen.
- Verwissel tijdig het zakje. Het zakje mag maximaal 1/3 gevuld zijn. Te volle zakjes kunnen problemen veroorzaken. (overlopen bij verschonen, door het gewicht kan het zakje van de plak loslaten, of de plak van de huid trekken)
- Afhankelijk van de operatie die u heeft ondergaan, kan het mogelijk zijn dat u aandrang voelt op uw anus. Dit kan komen doordat er nog een stuk darm van uw anus aanwezig is. Er kan wat slijm komen, dit kan grijs tot bruin van kleur zijn. Dit is normaal.
- Zorg dat u altijd extra opvangmateriaal bij u heeft als u weggaat, ook wanneer u de poli bezoekt.





*



COLOSTOMA

Een colostoma (ook wel dikke darm stoma) is een kunstmatige uitgang van de dikke darm. Een gedeelte van de dikke darm is weggenomen. Het zieke deel van de dikke darm is verwijderd en een stuk van het gezonde deel wordt door de buikwand naar buiten gebracht.



ILEOSTOMA

Een ileostoma (ook wel dunne darm stoma) is een stoma dat op de dunne darm wordt aangelegd. De dikke darm is (tijdelijk) buiten werking gesteld of weggenomen. De dunne darm komt via de stoma in de buikwand naar buiten.



URINESTOMA

Voor het aanleggen van een urinstoma wordt een stukje van de dunne darm (10 à 15 cm.) gebruikt. Hierin worden de urinewegen, die vanaf de nieren komen, ingehecht. Het stukje dunne darm wordt via de huid naar buiten gebracht, omgestulpt en vastgehecht. De urinstoma behoort, net als de ileostoma, 2 tot 3 cm boven de buikhuid uit te steken. De stoma dient alleen voor transport van urine naar buiten en niet als reservoir zoals bij de blaas.

OBSERVEER UW STOMA EN HUID!



EEN NORMAAL STOMA IS:

Roze tot helderrood van kleur, het slijmvlies is vochtig, enige zwelling gedurende de 1e 6 weken. De huid is intact. Lichte roodheid na het verwijderen van de huidplaat is normaal, dit verdwijnt binnen 5 minuten.



Beginnende lekkage



Lekkage op kleding



Plotselinge lekkage

LEKKAGE

Uitleg:

De huidplaat is losgelaten van de huid en er vloeit ontlasting onder de huidplaat door. Er is niet alleen sprake van lekkage als uw kleding vuil wordt, maar ook als de ontlasting onder de huidplaat komt.

Wat kunt u er zelf aan doen:

Vervang het systeem zodra u de lekkage ontdekt. Kijk of u zelf de oorzaak kunt achterhalen en oplossen.

Wanneer neemt u contact op met de stomaverpleegkundige

Indien er vaker dan 1x per 2 weken lekkage optreedt.

Wilt u bijhouden wanneer er lekkage opgetreden is en wat de reden was.



ROODHEID VAN DE HUID

Uitleg:

De huid onder de huidplaat is roder dan normaal. Dit trekt niet binnen een paar minuten weg nadat u de huidplaat heeft verwijderd.

Er kunnen eveneens andere verschijnselen aanwezig zijn. De huid kan pijnloos zijn, maar kan ook jeuken of bijvoorbeeld branden van de pijn en/of er kunnen pukkeltjes aanwezig zijn.

Wat kunt u er zelf aan doen:

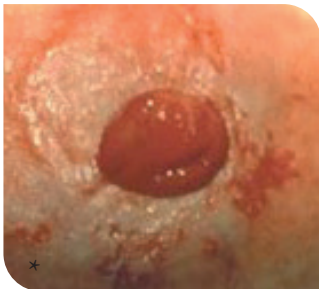
In overleg met uw stomaverpleegkundige kunt u de rode huid behandelen met barrière crème. Deze crème is geschikt om aan te brengen onder de huidplaat. Volg de bijgevoegde instructies goed op.

Wanneer neemt u contact op met de stomaverpleegkundige

Bij tweedelig opvangmateriaal: Als de roodheid 4 tot 5 dagen aanhoudt.

Bij ééndelig opvangmateriaal: Als de roodheid langer dan 2 dagen aanhoudt.

U kunt een foto van uw huid maken en mailen naar de stomaverpleegkundige stomazorg@zrt.nl of deze foto meenemen en laten zien bij de controle. Het is ook mogelijk dat er roodheid onder het zakje ontstaat op de plaats waar het zakje de huid raakt.



ONTVELLING VAN DE HUID

Uitleg:

De huid is ontveld, en kan hier en daar wat bloeden, of vochtig zijn. De oorzaak kan mogelijk een lekkage zijn. Het kan ook zijn dat de huidplaat te ruw is verwijderd.

Wat kunt u er zelf aan doen:

In overleg met uw stomaverpleegkundige kunt u de ontvelde plekjes behandelen met orahesive poeder. Dit poeder is geschikt om aan te brengen onder de huidplaat. Volg de bijgevoegde instructies goed op.

Wanneer neemt u contact op met de stomaverpleegkundige

Indien de huid niet binnen 2 dagen is hersteld.

U kunt een foto van uw huid maken en mailen naar de stomaverpleegkundige stomazorg@zrt.nl of deze foto meenemen en laten zien bij



ONEFFENHEDEN VAN DE HUID

Uitleg:

Oneffenheden van de huid of stoma, anders dan normaal, die niet binnen een paar dagen vanzelf verdwijnen. Denk aan pukkeltjes, bultjes, verweekte huid, rode bobbeltjes die snel bloeden, eeltachtige huid, wondjes.

Wat kunt u er zelf aan doen:

Verzorg uw stoma zoals u gewend bent en gebruik geen producten anders dan door uw stomaverpleegkundige zijn voorgeschreven.

Wanneer neemt u contact op met de stomaverpleegkundige

Binnen een week. U kunt een foto van uw huid maken en mailen naar de stomaverpleegkundige stomazorg@zrt.nl of deze foto meenemen en laten zien bij de controle.



CONTACT EN LOCATIE

AFSPRAAK MAKEN

Een afspraak bij de stomaverpleegkundige kan gemaakt worden via de

STOMAVERPLEEGKUNDIGE

☎ 0344-674005

POLIKLINIEK CHIRURGIE

☎ 0344-674041

LOCATIE

De stomapolikliniek is onderdeel van polikliniek chirurgie. De poli is gevestigd op de begane grond, route 5.

BEREIKBAARHEID

De stomaverpleegkundige is bereikbaar van maandag tot vrijdag. Zij houdt elke werkdag telefonisch spreekuur tussen 11.00 tot en met 16.00 uur.

Tevens te bereiken via email: stomazorg@zrt.nl .

Houd u er s.v.p. rekening mee dat het een dag kan duren voordat u antwoordt krijgt.

WEBSITES

www.chirurgenoperatie.nl

www.stomaatje.nl

PATIËNTENVERENIGINGEN EN ORGANISATIES

www.stomavereniging.nl

www.chrohn.nl

www.kwfkankerbestrijding.nl

www.darmkanker.nl

www.mlds.nl

www.bekkenbodem.net

www.kankerpatient.nl/hnpcc (erfelijke darmkanker)

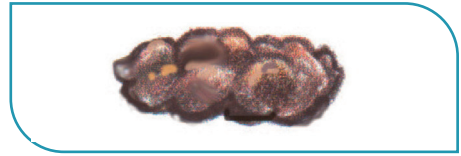
www.pdsb.nl (prikkelbaar darmsyndroom)

BRISTOL STOOL FORM SCALE



TYPE 1

Losse harde keutels, zoals noten (moeilijk uit te scheiden)



TYPE 2

Als een worst, maar klonterig



TYPE 3

Als een worst, maar met barstjes aan de buitenkant



TYPE 4

Als een worst of slang, glad en zacht



TYPE 5

Zachte keutels met duidelijke randen (makkelijk uit te scheiden)



TYPE 6

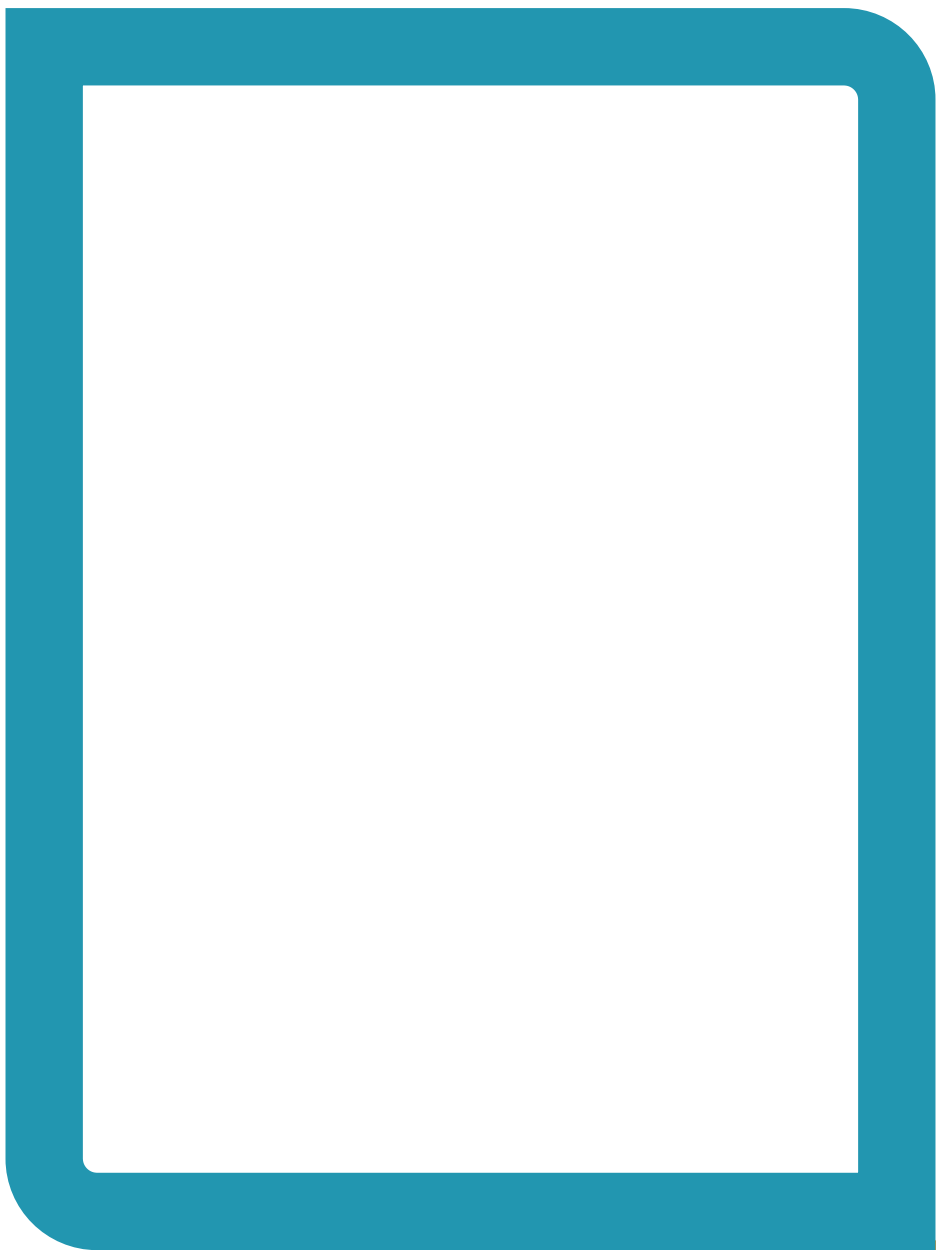
Zachte stukjes met gehavende randen, een papperige uitscheiding



TYPE 7

Waterig, geen vaste stukjes. Helemaal vloeibaar

PLAK HIER DE LAATSTE MAL VOOR DE GROTE VAN DE STOMA





Ziekenhuis
Rivierenland

President Kennedylaan 1, 4002 WP Tiel
Postbus 6024, 4000 HA Tiel

T. 0344-674911
E. info@zrt.nl

www.ziekenhuisrivierenland.nl

*De afbeeldingen in deze folder die gemerkt zijn met een * zijn afkomstig uit Shutterstock of Depositphotos en via een licentieovereenkomst door ons verkregen. Het is derhalve aan derden niet toegestaan om deze afbeeldingen op welke wijze dan ook, te gebruiken of te kopiëren. Voor het eigen gebruik van deze afbeeldingen verwijzen wij naar www.shutterstock.com of www.depositphotos.com*

