



Een stoma...en nu?

Behandeling, stappenplan en tips

Wat is een stoma?

Een stoma is een kunstmatige uitgang in uw lichaam voor urine of ontlasting. Een stukje darm wordt daarbij als een manchet op uw buik vastgemaakt. Via deze kunstmatige uitgang wordt de urine of ontlasting opgevangen in een zakje.

Preoperatief gesprek

Uw arts heeft met u gesproken over de mogelijkheid van een stoma. Vóór uw operatie heeft u een afspraak met de stomaverpleegkundige gehad. De stomaverpleegkundige is gespecialiseerd in de zorg voor stomapatiënten. Zij informeert u over het krijgen van een stoma en de gevolgen hiervan in uw dagelijkse leven.

Waar komt de stoma?

Tijdens het gesprek op de stomapoli of vlak voor de operatie bepaalt de stomaverpleegkundige samen met u welke plek op uw buik het meest geschikt is voor een stoma. Met een markeerstift zet zij één of meerdere stippen op uw buik. Op die plek brengt de chirurg de stoma aan.

Opname

U wordt opgenomen op afdeling chirurgie in Hoofddorp. De verpleegkundigen en leerling-verpleegkundigen begeleiden u 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 hebt. Dit stappenplan vindt u verderop in deze folder.

Stoma verzorgen

Na de operatie verzorgen eerst de verpleegkundigen uw stoma. Daarna leren de verpleegkundigen u zelf uw stoma te verzorgen. Hierdoor krijgt u, voor zover dit mogelijk is, zo snel mogelijk uw zelfstandigheid terug.

Uitleg en informatie

Tijdens uw ziekenhuisopname komt de stomaverpleegkundige bij u langs. Zij houdt in de gaten hoe het met u en uw stoma gaat. Een aantal dagen na de operatie heeft u met haar een afspraak. Uw eventuele partner is daarbij aanwezig, om zo samen de verzorging door te nemen en te oefenen. De stomaverpleegkundige oefent met u om uw stoma zelf te verzorgen.

Ontslag

Zodra bekend is wanneer u het ziekenhuis mag verlaten, regelen wij materialen, thuiszorg en de overdracht voor u. De stomaverpleegkundige schakelt een medische speciaalzaak in die de materialen bij u thuis bezorgt. De zaak handelt in principe de administratie met uw zorgverzekeraar af. Kunt u nog niet uw stoma zelfstandig verzorgen? Dan regelt de uw verpleegkundige van de afdeling hulp thuis voor u van een thuiszorg organisatie. U krijgt daarvoor een overdracht mee naar huis. Er wordt in overleg met u een afspraak gepland op de stomapolikliniek.

Vervolgafspraken

Regelmatig heeft u afspraken op de polikliniek met uw stomaverpleegkundige. Wij adviseren u om het eerste jaar regelmatig een afspraak met haar te maken. Wij hopen dat u snel vertrouwd raakt met de zorg voor uw stoma en wensen u een goed herstel toe!

Bereikbaarheid

Stomapolikliniek Spaarne Gasthuis

Op maandag tot en met vrijdag van 8.00 en 12.00 uur en 13.00 en 16.00 uur
(023) 224 0956 / stomapoli@spaarnegasthuis.nl.

Stomaverpleegkundigen

U sprak met:

- Elma Faasse
- Mirjam Hoddenbach
- Jolanda de Kaper
- Claudia van Tienderen

Stappenplan stomazorg

Kennismaken met de stoma	Gedaan
U hebt de stoma gezien	
U hebt de stoma met een gaasje aangeraakt	
U hebt gezien hoe de stoma wordt geleegd	

U hebt gezien hoe het zakje verschoond wordt	
U hebt gezien hoe de huidplaat wordt verschoond (tweedelig systeem)	
U heeft een toilettas met schaar ontvangen	

Zelf leren zorgen voor de stoma	Gedaan
U weet welke materialen u klaar moet leggen voor de stomaverzorging	
U weet wanneer het zakje gelegegd / 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 de uitleg	

Zelf zorgen voor de stoma	Gedaan
U kunt zelfstandig het zakje legen	
U kunt zelfstandig het zakje verwisselen (tweedelig systeem)	
U kunt zelfstandig de huidplaat verwisselen (tweedelig systeem)	
U kunt zelfstandig het zakje verwisselen (eendelig systeem)	
U kunt aan de hand van een mal, de opening van de huidplaat knippen	

Voorlichting	Gedaan
U hebt uitleg gekregen over stoma-opvangmateriaal	
U hebt uitleg gekregen over gasvorming en werking filtermateriaal	
U hebt voorlichting gekregen over baden en douchen	

U heeft onderstaande folders ontvangen:	

Vorbereiding ontslag	Gedaan
U hebt informatie gekregen over de materialen die u thuis nodig heeft	
U hebt informatie gekregen over hoe u zelf materialen kunt bestellen	
U weet waar u telefonisch terecht kunt met vragen	
U hebt een afspraak op de stomapoli	
Als het nodig is heeft u informatie ontvangen over de thuiszorg	

Uw vragen

Informatie en tips

- Tijdens het schoonmaken van de stoma kan het slijmvlies iets gaan bloeden. Dit is niet erg.
- Verzorg de stoma bij voorkeur als u weinig ontlasting hebt, zoals 's morgens voor het ontbijt.
- Haren op de huid rond de stoma kunt u eens per 1 à 2 weken wegscheren.
- Gebruik nooit oplosmiddelen, ontvettende middelen, olie of vette crèmes op de huid rond de stoma. Dit vermindert de plakkracht van de huidplaat. Gebruik alleen producten die speciaal bedoeld zijn voor het gebruik onder stomamateriaal.
- De filters op het zakje laten gasvorming uit de darm reukloos ontsnappen. Deze filters verliezen hun werking als ze nat worden. Het zakje gaat dan bol staan. Brengt u dan een nieuw zakje aan.
- Verwissel het zakje tijdig of leeg het zakje iedere 2 of 3 uur.

- Afhankelijk van de operatie kan het voorkomen dat u aandrang voelt op uw anus omdat er een stuk darm vanaf uw anus aanwezig is. Er kan wat slijm komen, wat grijs tot bruin van kleur kan zijn. Dit is normaal.
- Neem altijd extra stoma-opvangmateriaal mee wanneer u van huis weggaat. Ook wanneer u de stomapoli bezoekt.

Waar zijn we te vinden?

Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

Haarlem Noord

Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

www.spaarnegasthuis.nl

Hoofddorp

Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

info@spaarnegasthuis.nl