



STOMA ZORG

U heeft van uw behandelend arts te horen gekregen dat er bij u een stoma moet worden aangelegd. Het krijgen van een stoma is een ingrijpende gebeurtenis. In deze folder leest u hoe de stomaverpleegkundigen u hierin kunnen begeleiden. Een stomaverpleegkundige is deskundig op het gebied van de verzorging van een stoma, geeft voorlichting en begeleidt u en/of uw naasten bij problemen die kunnen ontstaan door het dragen van een stoma.

Wat is een stoma?

Een stoma is een kunstmatige uitgang voor ontlasting of urine en wordt aangelegd als de ontlasting of urine het lichaam niet meer langs de natuurlijke weg kan verlaten.

Zo'n uitgang is nodig als het lichaam zich niet op de normale manier van urine of ontlasting kan ontdoen. De reden dat u een stoma krijgt kan te maken hebben met een ontstekingsziekte, een gynaecologische operatie, kanker of een andere, dringende aanleiding.

Een stoma kan tijdelijk of blijvend zijn. Dit is afhankelijk van uw situatie en het ziektebeeld waar u mee te maken heeft. Uw behandelend arts informeert u over de bijzonderheden van de operatie. Een tijdelijk stoma wordt bijvoorbeeld aangelegd om een deel van de darm rust te geven. Een blijvend stoma wordt onder andere aangelegd wanneer de hele dikke darm verwijderd wordt.

Wat doet de stomaverpleegkundige?

Voorafgaand aan de operatie

Voor een geplande operatie wordt voor u een afspraak gemaakt bij de stomaverpleegkundige voor een voorlichtingsgesprek.

Dit gesprek zal ongeveer een uur in beslag nemen. Belangrijk is dat u een partner of familielid meeneemt naar dit gesprek.

Tijdens dit gesprek wordt u uitgelegd wat een stoma is en hoe u er in uw dagelijks leven mee kunt omgaan. U krijgt ook stoma-opvangmateriaal te zien. Daarnaast zal de stomaverpleegkundige samen met u de plaats bepalen van de stoma. De stoma wordt meestal op de rechter- of linker onderbuik geplaatst. De stomaverpleegkundige zal o.a. rekening houden met uw kledingwensen. Een goede plaatsbepaling is van belang voor het draaggemak. De chirurg zal zoveel mogelijk rekening houden met de voorkeursplaats, maar dat is niet altijd mogelijk.

Soms kan er geen gesprek voor de operatie plaatsvinden. Bijvoorbeeld als iemand acuut geopereerd moet worden. De stomaverpleegkundige komt dan na de operatie langs om informatie te geven.

Na de operatie

Tijdens de opname in het ziekenhuis wordt u door zowel de stomaverpleegkundige als de afdelingsverpleegkundige begeleid. Zij leren u en uw partner of naasten met de stoma om te gaan. Het streven is dat u voor het ontslag geheel of gedeeltelijk de stoma zelfstandig kunt verzorgen. Indien nodig, wordt de thuiszorg ingeschakeld om u thuis te begeleiden.

Stomamateriaal

De stomaverpleegkundige adviseert u bij de keuze van het stomamateriaal. Ook verzorgt zij voor u de machtiging voor de ziektekostenverzekeraar, die nodig is om het materiaal vergoed te krijgen. Tevens schakelt zij de medisch speciaalzaak in, die in het vervolg uw stomamateriaal zal leveren.

Nazorg

De stomaverpleegkundige blijft voor u ook een aanspreekpunt in de periode na het ontslag uit het ziekenhuis.

Zij kan u informatie geven over de volgende onderwerpen:

- Het aanleren van vaardigheden, zoals het verzorgen van uw stoma en het verwisselen van stomamateriaal
- Advies en informatie over materiaalkeuze en hulpmiddelen
- Waar is het materiaal verkrijgbaar en welke kosten worden vergoed door de zorgverzekeraar
- Informatie over de Nederlandse Stoma Vereniging
- Gevolgen voor de seksualiteit of voor een eventuele zwangerschap
- Informatie over voeding
- Psychosociale begeleiding/ondersteuning
- Sporten met een stoma
- Medicijngebruik
- Waar u op moet letten als u op vakantie gaat
- Bestraling en chemotherapie bij een stoma
- En: alle onderwerpen waarover u graag met de stomaverpleegkundige wilt spreken.

Nacontrole bij de stoma verpleegkundige

Wilt u als u voor een controle komt altijd uw stomamateriaal meenemen?

Verschoont u juist **niet** het stomamateriaal voordat u op bezoek komt. De stomaverpleegkundige kan soms veel afleiden uit de huidplaat die al een tijdje op uw huid zit.

Wanneer contact opnemen met de stomaverpleegkundige?

- Bij roodheid van de huid rondom het stoma, huidirritatie
- Bij lekkage rond het zakje of de huidplaat
- Uitpuilen van de stoma of als de stoma groter wordt
- Verstopping van de stoma
- Overmatig bloeden van de stoma
- Een zwelling in de huid rond de stoma
- Ook bij klachten van psychische aard bieden wij u ondersteuning en kunnen wij u, indien nodig, doorverwijzen naar andere hulpverleners.

Bereikbaarheid

De stomaverpleegkundige is op de poli aanwezig op dinsdag en vrijdag.

Zij is telefonisch bereikbaar van 8:00 – 16:30. Buiten het spreekuur kunt u de stomaverpleegkundige ook een mail sturen. De stomaverpleegkundige neemt dan zo snel mogelijk contact met u op.

Telefoon: 0251- 265173 dinsdag en vrijdag van 8.00 tot 16.30

Mail: stoma@rkz.nl

Waar vindt u de stomaverpleegkundige in het ziekenhuis?

U vindt de stomaverpleegkundigen in de informatie/behandelkamer op de vijfde etage van het Rode Kruis Ziekenhuis, u kunt zich melden bij de afdelingssecretaresse.

Wij streven ernaar dat u zo weinig mogelijk hinder ondervindt van uw stoma, schroomt u dus niet ons te bellen bij problemen, ook niet wanneer u al langer dan twee jaar een stoma heeft.

Vragen

Als u na het lezen van deze informatie nog vragen hebt kunt u bellen met de stomaverpleegkundigen

HD.90.434/05/2021