

Parastomale hernia

Stomabreuk

Deze informatiefolder geeft u informatie over een parastomale hernia (stomabreuk). Het is goed u te realiseren dat voor u persoonlijk de situatie anders kan zijn dan beschreven.

Een parastomale hernia of stomabreuk is een littekenbreuk naast de stoma in de buikwand. Hierdoor is het mogelijk dat een stuk darm in de zogenaamde breukzak terecht komt. Het gevolg is een grotere of kleinere zwelling of welving van de buikwand.

Herkennen stomabreuk

U herkent een breuk aan de zwelling, die duidelijk zichtbaar wordt als de druk in de buik verhoogd wordt, bijvoorbeeld door op de rug van uw hand te blazen. In liggende houding is de zwelling vaak verdwenen. Naast een welving kan ook een zwaar gevoel in de buik optreden (vooral 's middags en 's avonds). Soms komt de ontlasting ook niet meer zo goed naar buiten. Het stoma-opvangmateriaal is vaak moeilijker aan te brengen en er treden gemakkelijker lekkages op. Er kunnen pijnklachten ontstaan. Een parastomale hernia komt vaker voor bij een colostoma.

Kans stomabreuk

Wanneer de buikwand verzwakt is en er komt plotseling hoge druk op de buik/het stoma te staan, door bijvoorbeeld hoesten, persen of tillen, dan is de kans aanwezig dat er een breuk ontstaat. Vooral oudere mensen, mensen met overgewicht, mensen met COPD en mensen met slappe buikspieren hebben een grotere kans op een breuk.

Breuk voorkomen

Probeer grote druk in de buik te voorkomen (zo min mogelijk tillen, persen en langdurig hoesten). Is dit niet mogelijk? Ondersteun de buik op deze momenten dan zo goed mogelijk. Tips om een breuk te voorkomen zijn:

- De eerste periode na de operatie niet zwaar tillen.
- Verstandig tillen (door de knieën, met de mond open en niet te zwaar).
- Houd uw lichaamsgewicht in de gaten.

- Draag bij zwaar lichamelijk werk een steunbandage of steunbroek.
- In overleg kunt u 12 weken na de operatie beginnen met speciale buikspieroefeningen.
- Gebruik voldoende vezels en drink 2 liter vocht per dag, zodat de ontlasting zacht blijft.

Handelen bij vermoeden stomabreuk

Als u denkt een breuk te hebben, neem dan contact op met uw behandelend arts of de WSD-verpleegkundige. Zij kunnen door wat testen en onderzoeken aantonen of er daadwerkelijk sprake is van een breuk.

- Heeft u een breuk bij de stoma, maar nauwelijks klachten? Dan bestaat de behandeling meestal uit preventieve maatregelen, zoals tips en eventueel een breukband of steunbroek.
- Wanneer sprake is van overgewicht moet gekeken worden of hier iets aan kan worden gedaan. Uw arts of de WSD-verpleegkundige kan een verwijzing naar een diëtist adviseren.
- Is er sprake van een forse breuk en zijn er veel klachten dan kan een operatie worden voorgesteld.

Breukband en steunbroek

Breukband

Een breukband is een brede elastische band, verkrijgbaar in verschillende breedtes en lengtes. In de brede band kan een gat worden gemaakt, waar het stoma met zijn opvangmateriaal doorheen wordt gehaald. Een breukband is maatwerk en wordt door een bandagist aangemeten.

Steunbroek

De steunbroek is een elastische broek die voor stevigheid zorgt en verkrijgbaar is in een aantal standaardmaten. De WSD-verpleegkundige kan deze broek voor u bestellen.

Parastomale hernia

Contact WSD-verpleegkundige

U kunt van maandag tot en met vrijdag telefonisch contact opnemen met de WSD-verpleegkundige via:

- Locatie Goes: 0113 234 538
- Locatie Vlissingen: 0118 425 272

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Dan kunt u contact opnemen met uw arts of de WSD-verpleegkundige.