

# Instructie stomazorg voor patiënten

**Deze folder geeft u informatie over instructie stomazorg voor patiënten. Het is goed u te realiseren dat voor u persoonlijk de situatie anders kan zijn dan beschreven.**

## Een stoma

U heeft een stoma gekregen. Door middel van deze folder willen we u begeleiden naar zelfzorg. Ons doel is dat u gedeeltelijk zelfstandig uw stoma kan verzorgen als u naar huis gaat.

## 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.

## Stoma verzorgen

Na de operatie zal de verpleegkundige samen met u uw stoma verzorgen. Daarna leren de verpleegkundigen u zelf uw stoma te verzorgen. Daarvoor is een stappenplan ontwikkeld, dit stappenplan geeft u overzicht hoe ver u staat met de zelfzorg. Hierdoor krijgt u, voor zover dit mogelijk is, zo snel mogelijk uw zelfstandigheid terug. Het stappenplan vindt u in het midden van deze folder.

## Uitleg en informatie

Tijdens uw ziekenhuisopname zal de stomaverpleegkundige en de verpleegkundige u begeleiden naar zelfstandigheid om uw stoma te verzorgen. Op afspraak kan uw partner of een naaste daarbij aanwezig zijn, om zo samen de verzorging door te nemen en te oefenen. De stomaverpleegkundige en de verpleegkundige oefenen met u om samen de stoma 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 thuisbezorgt. Kunt u de stoma nog niet zelfstandig verzorgen? Dan regelt de verpleegkundige van de afdeling hulp thuis voor u van een thuiszorgorganisatie. U krijgt daarvoor een overdracht mee naar huis. Het is wel belangrijk dat u zelfstandig de stoma kunt legen.

## Vervolgafspraken

Regelmatig heeft u afspraken op de polikliniek met uw stomaverpleegkundige. Het eerste jaar zal dit regelmatig voor komen. Wij hopen dat u snel vertrouwd raakt met de zorg voor uw stoma en wensen u een goed herstel toe.

## Bereikbaarheid

### *Wond Stoma Decubitis verpleegkundigen Adrz*

Op maandag tot en met vrijdag van 09.00 uur – 16.00 uur.

088 125 45 38 / [stomazorg@adrz.nl](mailto:stomazorg@adrz.nl).

### *Stomaverpleegkundigen*

Margriet Franse

Bianca Baars

Mariëtte Midavaine

Willy Tilroe

Instructie stomazorg voor patiënten

<b>Kennis maken met uw stoma</b>	<b>Gedaan</b>
U heeft stoma gezien	
U heeft uw stoma aangeraakt met een gaasje	
U heeft meegekeken met het legen van het zakje	
U heeft gezien hoe het zakje verschoond wordt	
U heeft gezien hoe de huidplaat wordt verschoond (tweedeling systeem)	
U heeft een toilettas met schaar ontvangen	

<b>Zelf leren zorgen voor uw stoma</b>	<b>Gedaan</b>
U weet welke materialen u klaar dient te leggen voor de stomaverzorging	
U weet wanneer u het zakje moet legen/verwisselen	
U kunt onder begeleiding het stomazakje legen	
U kunt onder begeleiding het stomazakje verwisselen	
U kunt onder begeleiding de huidplaat verwisselen (tweedelig systeem)	
Uw partner/naaste is aanwezig geweest bij de uitleg	

<b>Zelfstandig voor u stoma zorgen</b>	<b>Gedaan</b>
U kunt het stomazakje zelfstandig legen	
U kunt het stomazakje zelfstandig verwisselen (tweedelig systeem)	
U kunt de huidplaat zelfstandig verwisselen (tweedelig systeem)	
U kunt het stomazakje zelfstandig verwisselen (eendelig systeem)	
U kunt met behulp van een mal, de opening van de huidplaat knippen	
Bij een urostoma kunt u zelfstandig een nachtzak aan te brengen, te verwijderen en te reinigen	

## Instructie stomazorg voor patiënten

Voorlichting	Gedaan
U heeft uitleg gekregen over het stoma-opvangmateriaal	
U weet wat een normale peristomale huid is (de huid rondom de stoma)	
U heeft uitleg gekregen over hoe de peristomale huid te reinigen en te drogen	
U heeft uitleg gekregen over de verzorging van de peristomale huid te verzorgen	
U heeft uitleg gekregen over gasvorming en werking filtermateriaal	
U heeft uitleg gekregen over baden en douchen	
U heeft uitleg gekregen over het weg gooien van het opvangmateriaal	
U heeft onderstaande folders ontvangen	

Vorbereiding ontslag	Gedaan
U heeft stomamateriaal , de stoma mal , gazen en afvalzakjes voor de eerste dagen mee gekregen	
U heeft informatie gekregen over hoe u zelf materialen kunt bestellen	
U weet waar u telefonisch terecht kunt met vragen	
U heeft een afspraak op de stomapoli	
Indien nodig heeft u informatie ontvangen over de thuiszorg	

### Ruimte voor uw vragen

---

---

---

---

---

---

---

---



### Informatie en tips

- Tijdens het schoonmaken van de stoma kan het slijmvlies iets gaan bloeden. Dat is niet erg. Een koud nat gaasje kan uitkomst bieden.
- Verzorg u stoma bij voorkeur als u weinig ontlasting heeft, zoals 's morgens voor het ontbijt.
- Haren op de huid rond de stoma kunt u eens per één à twee weken wegscheren. Scheer altijd van uw stoma af.
- Gebruik nooit oplosmiddelen, ontvettende middelen, olie of vette crèmes op de huid rondom de stoma. Dit vermindert de plakkracht van de huidplaat. Gebruik alleen producten die speciaal bedoeld zijn voor 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. Breng dan een nieuw zakje aan.
- Bij baden of douchen dient deze filter afgeplakt te worden.
- Verwissel het zakje als deze voor 1/3 vol zit.
- 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 of ontlasting komen, wat grijs tot bruin van kleur kan zijn. Dit is normaal.
- Neem altijd extra opvangmateriaal mee wanneer u van huis weggaat. Ook wanneer u de stomapoli bezoekt.
- Neem altijd de stomawijzer mee naar u polibezzoek.
- Doen er zich problemen voor, dan kunt u altijd contact opnemen. Tijdens kantooruren via de WSD, buiten kantooruren kunt u contact opnemen met de spoedeisende hulp.

**Ruimte voor u vragen, opmerking, persoonlijke doelen**

Het hebben van een stoma is ingrijpend. De stomaverpleegkundige en de afdelingsverpleegkundigen kunnen u ondersteunen bij de stomaverzorging en adviezen geven. Schrijf hieronder u vragen/problemen alvast op, dan kunnen deze bij het volgende verzorgingsmoment met u besproken worden. Hier is ook ruimte om aan te geven wat u zelf zou willen bereiken bij het leven met uw stoma.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Adrz Goes**  
’s –Gravenpolderseweg 114  
4462 RA Goes  
T 088 125 00 00

**Adrz Vlissingen**  
Koudekerkseweg 88  
4382 EE Vlissingen  
T 088 125 00 00

