

Stomazorg, stap voor stap

Een stoma is een chirurgisch aangelegde opening ter hoogte van het abdomen, aangebracht bij patiënten waar de ontlasting of de urine niet meer langs de natuurlijke weg naar buiten kan. Een stoma is soms tijdelijk, maar vaak ook definitief.

We belichten de basisverzorging van de colo-, ileo- en urostoma en geven mogelijke acties bij problemen.

Auteur: Carine Vrebos, Domeinverantwoordelijke wond- en stomazorg Wit-Gele Kruis van Vlaams-Brabant

Aanvaarding van een stoma is een uitdaging. Leven met een stoma is immers ingrijpend en kan de levenskwaliteit aantasten. Problemen met het stoma leiden tot eetlustverlies, slaapstoornissen, bewegingsproblemen, angst en depressie.

Tijdige patiëntenvoorlichting en -educatie (mondeling en schriftelijk, voor en na de operatie) zijn cruciaal om patiënten ertoe aan te zetten eventuele problemen tijdig te signaleren. Ook een goede plaatsbepaling kan veel complicaties voorkomen, maar bijvoorbeeld een hernia of gewichtstoename kunnen altijd roet in het eten gooien.

Patiënten kunnen hulp en professioneel advies krijgen van hun huisarts maar voor praktisch advies kunnen ze bij de thuisverpleegkundige terecht. Afhankelijk van de thuiszorgorganisatie wint de thuisverpleegkundige advies in van een referentieverpleegkundige wond- en stomazorg. Ook de tweede lijn staat klaar voor hulp en advies tijdens

specifieke stomaconsultaties.

Het belangrijkste advies in stomazorg is: 'Voorkomen is beter dan genezen'. Twee van de meest voorkomende problemen (huidirritaties en lekkages) kunnen immers voorkomen worden door een goede basiszorg en een snelle doorverwijzing naar specifieke hulpverleners.

BASISZORG STOMA

BENODIGDHEDEN

- Niet-steriele handschoenen en beschermerschort
- Afvalrecipiënt
- Papieren zakdoekjes/toiletpapier of wegwerpwashandjes. Geen wegwerpdoekjes met olie!
- Schaar voor stomazorg (gebogen en met afgeronde punten). Deze vermindert kartels en scherpe randen
- Sjabloon of meetlatje
- Zachte (bad)handdoek, washandje, lauw water
- Eventueel remover om kleefresten te verwijderen

- Bij een zeer productief stoma: kompressen of tandheelkundige tampons
- Kledij-/bedbescherming
- Verpleegdossier
- Eendelig systeem met opvangzakje of huidbeschermingsplaat van tweedelig systeem
- Eventueel: gordel voor zakje.
- Gordel bij een convexe plaat
- Eventueel: huidbeschermingsproduct (pasta, poeder, spray of film)

AANDACHTSPUNTEN

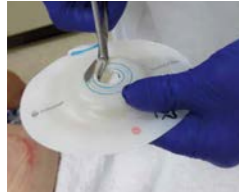
Tijdstip verzorging

Ochtend of nuchter. Dan is er minder output tijdens de zorg en meer tijd om de huid goed te drogen.

Frequentie vervanging

- Eendelig systeem: dagelijks
- Tweedelig systeem:
 - urostoma: om de 2 dagen
 - colo- of ileostoma: om de 3 dagen
 - bij lekkage of wanneer er stoelgang of urine onder de plaat loopt: zo snel mogelijk, om huidirritatie te voorkomen

OPVANGMATERIAAL STOMA VERVANGEN:



- 1. Knip de juiste opening: meet/evalueer de opening bij elke plaatwissel.**
 - Werk niet met een sjabloon gedurende de eerste 2-6 maanden. Door het ontzwellen wordt de stomaopening immers kleiner.
 - De opening mag maximaal 1-1,5 mm groter zijn dan de stoma.

- 2. Verwarm de huidbeschermingsplaat** om de kleefkracht te optimaliseren. Plaats de plaat op de huid van de patiënt, bijvoorbeeld onder de oksel.



- 3. Verwijder de beschermplaat.**
 - Voorzichtig van boven naar onder.
 - Ondersteun de huid met je vrije hand.
 - Gebruik een removerspray om beschadiging te voorkomen.



- 4. Reinig de stoma en de peristomale huid.**
 - Gebruik papieren zakdoekjes.
 - Was met lauw water en (wegwerp) washand.
 - Gebruik geen zeep om uitdroging van de huid te voorkomen. Gebruik geen gearfumeerde of in olie gedrenkte wegwerpdoekjes. Deze irriteren de huid en door de olie kleeft de beschermplaat minder goed. Dat vergroot de kans op lekkage.

- 5. Verwijder eventuele aanwezige haartjes** met een haartrimmer, scheerapparaat of schaar (geen scheermesje om huidletsels te voorkomen).

- 6. Maak de huid goed droog** met zachte materialen zoals papieren zakdoekjes of een zachte handdoek.





- 7. Observeer de huid** en controleer op beschadiging, huidplooiën. Observeer ook goed de beschermplaat die je hebt verwijderd. Breng indien nodig een **barrièrespray** aan.
 - Spray vanop ongeveer 15 cm afstand in zones verdeeld volgens de klok [12, 3, 6, 9 uur].
 - Spray niet te veel om te voorkomen dat de plaat lost.
 - Wacht 15 seconden om de nieuwe plaat aan te brengen.

- 8. Breng de nieuwe plaat aan.**
 - Van onder naar boven. Masseer de plaat goed rond de opening. Dit zorgt voor een groter contact met de huid en voor een grotere kleefkracht door opwarming.
 - Controleer de hechting van de plaat en de sluiting bij een tweedelige systeem.

MEEST VOORKOMENDE PROBLEMEN

PROBLEEM	ACTIES
Huidproblemen zoals irritatie en stripping veroorzaakt door een mechanisch probleem: <ul style="list-style-type: none"> • wrijving van huid met huid; • de gordel of breukband die te strak is aangespannen; • schuren van het plastic van het opvangzakje; • contact met stoelgang/urine en de huid; • te vaak en vroegtijdig verwijderen van opvangmateriaal; • gebruik van irriterende producten [zeep, ether, alcohol]. 	<ul style="list-style-type: none"> • Neem de oorzaak weg. • Bescherm de huid rondom de stoma met een barrièrespray. • Breng stomapoeder aan in het geval van natte irritatie en lichte beschadiging. Blaas het teveel aan poeder weg zodat het de kleefkracht van de plaat niet beïnvloedt. • Bij ernstige huidirritatie: schakel over op specifieke huidbeschermingsplaten die de huid 'verzorgen' op basis van hydrocolloïden, alginaten, honing...
Geurproblemen	<ul style="list-style-type: none"> • Vervang tijdig het materiaal (platen en opvangzakjes). • Schakel een diëtist in: bepaalde voeding en medicatie kunnen geur veroorzaken. • Breng lubrificerende olie aan in het zakje.
Pancaking effect De stoelgang komt niet in het opvangzakje terecht maar blijft rond de opening op de huidbeschermingsplaat zitten. Hierdoor komt er stoelgang onder de plaat, met huidirritatie en lekkage als gevolg.	<ul style="list-style-type: none"> • Enkele druppels olie in het zakje • Bij harde stoelgang: voeding aanpassen en laxativa opstarten (in samenspraak met de arts).
Ontstaan van schimmelinfecties voornamelijk bij urostoma	Verwijs in overleg met de wond- en stomaverpleegkundige en/of arts door naar een dermatoloog.
Allergische reactie op de plaat	

PROBLEMEN BIJ AFWIJINGEN VAN DE STOMA

PROBLEEM	ACTIES
 Lekkage van een vlak stoma dat gelijk komt met het huidniveau	<ul style="list-style-type: none"> • Schakel over naar een buigzamere convexe of 'convex light'-plaat met een gordeltje; zeker bij een volledig ingetrokken stoma onder het huidniveau. • Gebruik pasta (ring, strip, pasta in tube).
 Prolaps (de darm die naar buiten komt)	<ul style="list-style-type: none"> • Is de prolaps kleiner dan 5 cm: pas de uitsnijding van de huidplaat aan. • Is de prolaps verkleurd: contacteer de referentie-verpleegkundige wond- en stomazorg en/of de arts.
 Gekantelde stoma of aanwezigheid van veel huidplooiën	<ul style="list-style-type: none"> • Maak de huid rondom de stoma effen of vul de plooiën op met pasta (ringen, strips, pasta in tube). • Indien er veel huidplooiën zijn: schakel over op een soepel eendelig systeem. • Indien de lekkage aanhoudt bij een gekantelde stoma: schakel over op een convexe huidplaat.
 Hernia (ontstaat vaak op termijn): uitstulping van de buik rond de stoma door een verzwakking van het spierweefsel	<ul style="list-style-type: none"> • Gebruik een op maat gemaakte buikband. • Bij lekkageproblemen: Schakel over op een concave plaat. • Bij een ernstige vorm van hernia of bij evacuatieproblemen: verwijs door naar het ziekenhuis.
Ernstige probleemsituaties zoals ontstaan van wonden rondom de stoma	Schakel een referentieverpleegkundige wond- en stomazorg of de arts in. Zij detecteren de oorzaak en starten adequate wondbehandeling op (bv. met alginaten onder de plaat).
Loslating (dehiscentie)	Verwijs snel door naar het ziekenhuis.
Necrose	
Abcesvorming	

REFERENTIES

- Leysen, T. [2016]. Stoma. In Cordyn, S., De Vliegheer, K. (Red.). Handboek wondzorg. Houten: Bohn Stafleu van Loghum, pp. 165-189.
- www.coloplast.be
- Coloplast, zakboekje voor stomaverzorging in de thuiszorg, pp. 21-25, pp. 29

BEELDMATERIAAL

- Leven met een colostoma, informatie voor patiënten en opvolgmap stomazorg, UZ Leuven.
- Firma Dansac