

Urostomie



AZ Voorkempen

algemeen ziekenhuis
emmaüs

Inhoud

1. De urinewegen en hun functie.....	4
2. Wat is een stoma?.....	5
3. Apparatuur.....	6
4. Verzorging van een stoma.....	8
5. Bijkomende producten.....	10
6. Verdere informatie voor het dagelijkse leven.....	11
7. Nuttige adressen.....	15
8. Stomaconsultatie.....	15
9. Contactgegevens bij vragen.....	15

Graag duiden wij je op het belang van een goede informatie voorafgaand aan jouw ingreep. Wij raden je dan ook ten eerste aan deze folder grondig door te nemen. Heb jij of jouw familie nog bijkomende vragen, aarzel dan niet om jouw behandelende arts aan te spreken of neem contact op met de dienst heekunde 2 (zie contactgegevens verder in deze folder).

Het doel van deze brochure is je en jouw familie de nodige informatie te geven. We hopen dat je hierdoor geholpen wordt om jouw verzorging beter te begrijpen en ze zelfstandig uit te voeren.

Het is belangrijk **jouw thuismedicatie** mee te brengen naar het ziekenhuis. Gelieve ook deze brochure mee te brengen.

1. De urinewegen en hun functie

De nieren

De nieren zijn twee boonvormige organen gelegen aan beide zijden van de wervelkolom. Ze zorgen ervoor dat:

- schadelijke stoffen uit het bloed worden verwijderd.
- overtollig water en zout uit het lichaam verdwijnen.

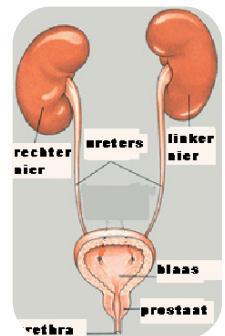
De afvalstoffen en het overtollige water vormen urine die wordt verzameld in de nieren.

De urineleiders (ureters)

Vanuit het nierbekken gaat de urine via twee ureters (fijne buisjes) naar de blaas.

De blaas

De blaas werkt als reservoir voor de urine. In lege toestand is de blaas een afgeplat orgaan; in sterk gevulde toestand kan de blaas tot aan de navel reiken. Als de blaas gevuld is, trekken de spieren van de blaaswand samen. Op die manier wordt een teken gegeven dat de urine moet worden verwijderd: je moet dan plassen.



De urinebuis

De urinebuis brengt de urine van de blaas naar buiten. Bij vrouwen ligt de urinebuis vlak voor de vagina, bij de mannen in de penis.

2. Wat is een stoma?

De chirurg achtte het voor jouw gezondheid noodzakelijk een stoma aan te leggen. Een stoma aanleggen betekent met een heekundige ingreep een nieuwe opening te maken om de afvalstoffen van het lichaam naar buiten te voeren. Hij wordt aangelegd om stoelgang, urine of soms beide af te leiden, hetzij langs een opening, hetzij langs verschillende openingen. De toelichting in deze brochure is beperkt tot de urinaire stoma.

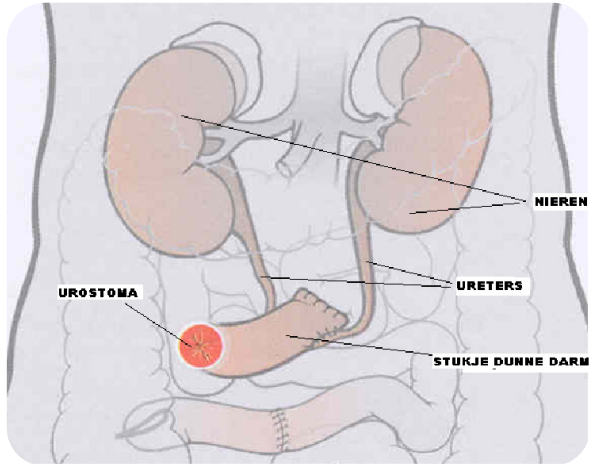
Urinaire stoma's zijn permanente afleidingen van de urinewegen, die nodig zijn wegens letsel aan de lagere urinewegen. Wanneer de blaas wordt uitgeschakeld en/of weggenomen, worden de ureters of urineleiders naar de huid afgeleid, dit is dan een urostoma.

De eerste week na de operatie zullen de arts en de verpleegkundigen grotendeels instaan voor jouw verzorging. Vanaf de tweede week zal je geleidelijk leren jezelf te verzorgen. De verpleegkundige toont wat hij of zij doet bij jouw stomaverzorging, geeft tips, toont de verschillende opvangsystemen en leert de eerste stappen voor de stomaverzorging aan. Het is nodig dat je zelf oefent in het bijzijn van een verpleegkundige om zelfstandig te worden in de verzorging en zodoende jouw zelfvertrouwen terug te winnen. Jouw familieleden worden eveneens actief bij de stomaverzorging betrokken indien je dit wenst.

Aarzel niet de arts en de verpleegkundigen aan te spreken over hoe het nu verder moet. Zij zullen je de nodige uitleg geven. Thuis kan je beroep doen op de thuisverpleegkundigen.

Er zijn verschillende soorten urostoma:

- Ureterinplanting aan de huid, enkelvoudig of bilateraal (ureterocutaneostomie). De chirurg brengt een of beide urineleiders direct naar de huid.
- Ureterinplanting in een darmsegment (Brickeroperatie).



Bij deze operatie wordt een deel (15-20 cm) van het ileum of dunne darm weggenomen. De ureters die de urine van elke nier naar de blaas afvoeren, worden van de blaas losgekoppeld en aan het ene uiteinde van dit geleende stuk darm gehecht.

De chirurg brengt het andere uiteinde naar buiten door de buikwand heen, waar het aan de huid wordt vastgehecht (stoma). De urine vloeit door de urineleiders en via het stuk ileum naar buiten uit de stoma. Het stuk dunne darm dient niet als opslagplaats voor urine, het doel ervan is enkel de urine gemakkelijker te kunnen opvangen in een zakje. Je kreeg in dit geval zeker de infobrochure over de Brickeroperatie.

3. Apparatuur

Draagcomfort

Goed opvangmateriaal moet aan een aantal voorwaarden voldoen. Een van de belangrijkste voorwaarden is draagcomfort in de dagelijkse leef- en werksituatie.

Draagcomfort wil zeggen:

- de huidplaat kleeft goed en laat niet los bij activiteiten.
- het materiaal geeft geen allergische huidreacties.
- het systeem mag geen geur of urine doorlaten.

- het systeem is niet of nauwelijks zichtbaar en kan onder elk kledingstuk worden gedragen.
- het zakje mag niet kraken of ritselen.
- het systeem moet gemakkelijk hanteerbaar en verwisselbaar zijn door de drager.

Eendelig systeem

Het eendelige systeem plakt direct op de huid. Bij elke wisseling van het zakje zal de kleeflaag van de huid worden verwijderd.

Er zijn verschillende kleeflagen:

- microporeuze kleeflaag: combinatie van een huidbeschermende ring rond de stoma met daaromheen een rand van microporeuze kleeflaag.
- huidbeschermende plaat.



Het eendelige systeem wordt bij een urinaire stoma minder gebruikt omwille van de lage resistentie van de plaat ten overstaan van urine. De plaat smelt vlugger weg.

Tweedelig systeem

Dit systeem is een combinatie van een huidbeschermende plaat met verwisselbare zakjes. Op de huidplaat bevindt zich een ring waarop het zakje kan worden bevestigd. De huidplaat kan 2 tot 3 dagen ter plaatse blijven.



Ook bij de aparte huidplaat komen verschillende combinaties voor van een huidbeschermende ring met een buitenrand van een ander kleefmateriaal, ofwel een huidplaat die volledig huidbeschermend is.

Zakjes

De zakjes zijn onderaan voorzien van een afsluitbare opening om de urine verschillende malen per dag te laten aflopen. Zij zijn ook voorzien van een terugslagklep die de terugstroming van urine in de stoma voorkomt.

De meeste zakjes hebben een stoffen laag aan de onderkant ter voorkoming van overmatige transpiratie door het plastic. 's Nachts kan je een urinecollector (2 liter) aankoppelen aan het zakje zodat je niet moet opstaan om het te ledigen.

4. Verzorging van een stoma

Algemeenheden

- Neem voldoende tijd voor de verzorging. Doe dit zo mogelijk 's morgens, vooraleer je iets hebt gedronken.
- Ledig het opvangzakje wanneer het tot $\frac{3}{4}$ gevuld is. Indien meer gevuld, komt het gemakkelijker los.
- De verzorging gebeurt bij voorkeur rechtopstaand of rechtopzittend op een stoel om huidplooiën te vermijden.
- Het plaatsen van een grote spiegel kan zeer nuttig zijn om jouw handelingen te kunnen volgen. Je hoeft zich dan niet voorover te buigen, zodat je de vorming van huidplooiën weer voorkomt.

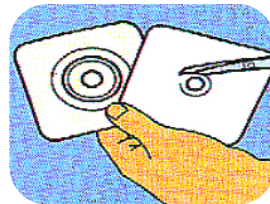
De verzorging

Klaarzetten van het materiaal

Schaar, vuilniszakje, maatkaart, nieuw zakje, vochtige en droge zachte doekjes.

Uitknippen van de beschermplaat

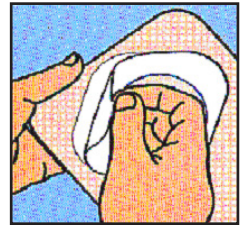
Af en toe zal je moeten controleren of je nog de juiste maat gebruikt; het is namelijk zo dat de diameter van jouw stoma gedurende de eerste zes maanden na de operatie zal verkleinen.



Verwijder het stomazakje

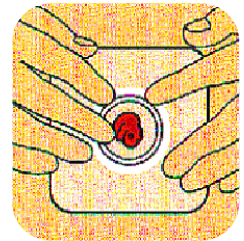
- Buig eerst voorover vooraleer je het zakje verwijdert, om de darmlijst goed te ledigen.
- Steeds voorzichtig, terwijl je de huid goed steunt. Gebruik nooit alcohol of ether, want die drogen jouw huid te fel uit.
- Vochtige doekjes gebruiken om de stoma en de huid proper te maken. Niet wrijven rond de stoma, steeds deppen.
- Indien je wenst, kan je rustig een bad of een douche nemen. Je kan het zakje aanlaten of de stoma bloot laten. (Indien je in bad gaat, stomazakje ter plaatse laten.) Liefst geen badschuim of badolie gebruiken, enkel een neutrale zeep bv. Sunlight.
- Indien nodig de haartjes rond de stoma voorzichtig wegscheren of epilieren zonder de huid te kwetsen.
- Dep jouw huid droog, niet wrijven met zachte doekjes.

Verwijderen van de papieren beschermlaag



Kleven van het zakje of de plaat

Bij het eendelige systeem, het zakje dubbel plooien (zover als de opening is uitgeknipt) en de opening tegen de onderste rand van de stoma plaatsen en zo verder naar boven werken.



Huidbeschermingsplaat rondom inmasseren

Bij het tweedelige systeem, zakje aanbrengen en controleren of het goed vastzit. Slotje onderaan het zakje afsluiten.

Aandachtspunten:

- geen te nauwsluitende, warme kleding dragen. Dit bemoeilijkt het afvloeien en bevordert zweten en huidirritaties.
- de urine moet een normale kleur en geur behouden, sterk ruikende urine kan worden veroorzaakt door een infectie.

5. Bijkomende producten

Maatregelen bij huidirritatie

Problemen aan de huid kunnen al direct na de operatie ontstaan, soms na maanden en soms zelfs jaren. Waarom de ene persoon eerder problemen heeft dan de andere kan afhankelijk zijn van het medicijngebruik, radiotherapie ...

Het is belangrijk de oorzaak te achterhalen om op die manier het probleem te kunnen oplossen. Je kan steeds terecht met vragen of problemen bij de stomaverpleegkundige op het nummer 03 380 23 70, afdeling heelkunde 2.

Het stripeffect

Elke keer als er een opvangsysteem van de huid wordt gehaald, gaat er een laagje opperhuidcellen mee. Wanneer dit meerdere malen per dag gebeurt, wordt de huid dunner en kan ze irriteren. De huid gaat rood zien en men ervaart een schrijnend en pijnlijk gevoel; de huid gaat stuk en er ontstaan nattende plekken.

- Behandeling: bij een rode huid, een huidbeschermend middel gebruiken. Indien de huid stuk is, een huidbeschermende plaat aanbrengen die enkele dagen kan blijven zitten.
- Preventief: de huid steunen om het opvangsysteem eraf te halen.

Chronische vochtigheid

Normaal is de opperhuid droog. Wanneer de huid rond de stoma continu vochtig is door een lek tussen de stoma en de huidbeschermingsplaat wordt de huid rood en nattend.

- Behandeling: het huidprobleem verdwijnt door ervoor te zorgen dat de huid rondom de stoma droog blijft en niet in contact kan komen met de urine. De opening in de plaat moet daarom altijd correct passen om de stoma. Het opvangsysteem moet niet te lang worden gedragen omdat de plaat kan wegsmelten door inwerking van urine, bij erg warm weer of bij koorts.

Indien je merkt dat de beschermplaat rondom de stoma begint te ontkleuren of indien je een branderige jeuk voelt, moet je de beschermingsplaat onmiddellijk vervangen. Eventueel moet je hulpmiddelen gebruiken zoals: gordeltje, pasta, cavilon ...

Is de huid rood, stuk en nattend, reinig die dan eerst met lauw water en dep goed droog. Daarna kan je een vleugje orahesive poeder op de huid aanbrengen met daar overheen de huidbeschermende plaat.

Infectie

Indien de huid rondom de stoma is geïrriteerd, ontstaat er gemakkelijk een schimmelinfectie. Een candida-infectie begint met kleine, al dan niet etterende pukkeltjes. Deze pukkeltjes breiden zich snel uit. Soms ontstaan grillige, rode plekken met lichte schilferingen. De patiënt klaagt over jeuk, soms gepaard gaande met pijn of een branderig gevoel.

- Behandeling: de huid droog houden. Nystatine of Daktarinpoeder op de huid aanbrengen (minstens eenmaal per dag) en het overtollige poeder wegblazen. Een opvangsysteem gebruiken met een huidbeschermende, vochtopnemende kleeflaag.

Huidbeschermende en huidverzorgende middelen

Soms zal het nodig zijn jouw huid te beschermen voor er een opvangsysteem wordt aangebracht, om huidirritatie te voorkomen of te genezen. Er zijn verschillende soorten huidbeschermende middelen. Bij problemen kan je best beroep doen op een stomaverpleegkundige.

Enkele voorbeelden van huidbeschermende en huidverzorgende middelen:

- pasta's: niet gebruiken onder de plaat, tenzij om holtes op te vullen (aanbrengen en uitwrijven met natte vinger).
- protectieve films: een protectieve film geeft een zéér dun beschermend laagje op de niet-geïrriteerde huid. Ook dit helpt tegen het stripeffect en de inwerking van de urine op de huid. Het kan de kleefkracht van de huidplaat vergroten bv. cavilonspray.

6. Verdere informatie voor het dagelijkse leven

Voeding

- Goed en gezond eten, alle voeding is toegelaten.
- Sommige voedingsmiddelen bezorgen de urine wel een onaangename reuk, onder andere uien, vis, asperges ...

- Ten minste twee liter per dag drinken kan infectie en steenvorming tegengaan.
- Sommige voedingsmiddelen en medicatie kunnen een kleurverandering van de urine geven, onder andere rode biet.
- Regelmatig veenbessensap drinken of uri-crancapsules nemen vermindert de kans op herhaalde urineweginfecties. Veenbessensap of uri-crancapsules bevat de suiker mannose waar de bacteriën in de blaas zich aan hechten. Deze suiker hecht zich ook aan de blaaswand, die daardoor een glad oppervlak krijgt. De aangehechte bacteriën verlaten met de urine de blaas en krijgen niet de kans om zich aan de blaaswand vast te hechten.

Hoe leven met een zakje?

Het antwoord op deze vraag luidt meestal: 'op de meest natuurlijke wijze!' Allemaal goed en wel, maar ... Hier vind je de antwoorden op enkele persoonlijke vragen die je misschien niet hardop durft te stellen.

Erover praten of niet?

Jouw naaste omgeving weet dat je bent geopereerd. Het staat jou vrij om hen al dan niet te zeggen dat je voortaan een kunstmatige afvoeropening hebt. Het is altijd een hele vertroosting om met jouw naaste familieleden en met de mensen van wie je houdt, de dingen te delen die je een grote zorg toeschijnen, zeker als je met hen samenleeft. Wat de anderen betreft, moet je zelf oordelen. Het is goed daarbij te weten dat jouw stoma helemaal onzichtbaar zal zijn onder jouw kleding en dat je een volkomen normaal sociaal leven kan leiden.

Hoe zal het leven met mijn partner worden?

Een urostomie wordt vaak beleefd als een verminking van het lichaam. Zowel mannen als vrouwen voelen zich 'geschonden'. Meestal is er tijd nodig om dit te verwerken en om met een ander lichaamsbeeld te leren leven.

Het uiten van gevoelens van onmacht, verdriet en pijn kan een belangrijke stap zijn in dit verwerkingsproces. Indien je vragen of problemen van seksuele aard hebt, kan je die best met jouw arts of met de onco-coach bespreken.

Wat zal er van mijn beroepsleven worden?

Zodra je volledig bent hersteld, kan je jouw beroepsbezigheden hervatten, behalve misschien als het om een beroep gaat dat zware lichamelijke inspanningen vereist.

Een oordeelkundig gekozen en goed aangebrachte apparatuur zal je de nodige discretie waarborgen om met anderen te kunnen samenwerken zonder dat die iets opmerken.

Kan iemand met een stoma aan sport doen?

Uiteraard en het is zelfs een uitstekend middel om in conditie te blijven! Je mag lopen, fietsen, tennissen, voetballen ... De enige sporten die je moet vermijden, zijn gevechtssporten, de gewelddadige sporten of de sporttakken die het uiterste vragen van de buikspieren (gewichtheffen). Zwemmen met een stoma is mogelijk. Vele stomapatiënten dragen een gewoon badpak of een zwembroek over hun opvangzakje. Aangepaste zwemkleding is bij sommige bandagisten te koop.

Kan iemand met een stoma op reis gaan?

Je kan zonder enig probleem reizen met een stoma ... op voorwaarde dat je de vervangzakjes niet vergeet mee te nemen! Stop ze liefst in jouw handbagage: koffers raken zo vlug zoek op luchthavens ... Vertrek je naar warme landen, neem dan een veldfles mee en gebruik ze ook dikwijls: je moet veel drinken. Verblijf je in warmere landen, zorg er dan tevens voor dat je de stomaplatten koel kan bewaren.

Wanneer doe je beroep op een arts of stomaverpleegkundige?

- Wanneer je bloedverlies vaststelt bij de urine.
- Wanneer de huid rond de stoma langdurig is geïrriteerd.
- Wanneer je rond de stoma een ongewone verdikking van de buikwand gewaarwordt. Dit is mogelijk een breuk in de buikwand.

Zelfhulpgroepen

Er bestaan meerdere verenigingen voor stomadragers. Zij stellen zich tot doel:

- onderliggende steun en raad te geven;
- informatie te geven, onder andere in verband met nieuwe apparatuur;
- belangenverdediging, bv. in verband met terugbetaling van materiaal.

Tussenkomst en voorzieningen

Sociale voorzieningen

Je kan steeds terecht met al jouw vragen in verband met financiële aspecten, sociale voorzieningen, medische attesten, hersteloordeelen ... bij de sociale dienst op het nummer 03 380 20 20.

Terugbetaling apparatuur

Elke urostomiepatiënt heeft recht op een beschermplaat met een opvangzakje per twee dagen bij een dubbel systeem, ofwel op een opvangzakje per dag bij een enkel systeem:

- 45 platen per drie maanden;
- 60 zakjes per drie maanden;
- 20 ledigbare opvangzakjes (nachtzakken).

Voor de eerste aankoop van jouw apparatuur vraag je een medisch voorschrift aan de chirurg of huisarts. Het voorschrift bevat de hoeveelheid voor de eerste 3 maanden. De bandagist of apotheker levert je hiervoor de voorgeschreven apparatuur samen met de factuur waarop het Riziv-nomenclatuurnummer vermeld staat. Op voorlegging van deze factuur gebeurt de terugbetaling van het ziekenfonds. Voor de aankoop nadien heb je geen doktersvoorschrift meer nodig, tenzij er een wijziging is van het voorgeschreven materiaal.

BELANGIJK: op deze voorschriften mogen geen andere geneesmiddelen worden voorgeschreven!!

Vele bijproducten, zowel als beschermende poeders, worden niet of onvolledig terugbetaald door het ziekenfonds.

7. Nuttige adressen

<http://www.stomailco.be/>

<http://www.stoma.be/>

8. Stomaconsultatie

Bij jouw ontslag krijg je een afspraak mee om op stomaconsultatie te komen. Het stomateam volgt je verder tot al jouw vragen en problemen zijn opgelost.

De stomaconsultatie vindt plaats op de 2^{de} verdieping (route 274). Indien je een bijkomende consultatie wenst, kan je dit afspreken op de afdeling heelkunde 2, tel. 03 380 23 70.

Wij durven te hopen dat deze brochure je tot hulp kan zijn om met de nieuwe situatie de draad van het gewone leven weer op te nemen.

9. Contactgegevens bij vragen

Heb je bij het doorlezen van de folder toch nog bijkomende vragen? Stel ze dan gerust! Je kan ons contacteren via:

Tel. 03 380 23 70

Neem ook zeker een kijkje op onze website www.azvoorkempen.be. Je vindt er meer praktische informatie terug over je ziekenhuisfactuur, aanmelden en inschrijven in het ziekenhuis, parkeren ...

