Behandeling

Leven met een urinestoma

Als u een urinestoma krijgt, is dit een grote verandering in uw leven. De meeste mensen wennen na een tijdje aan hun stoma en ervaren weinig beperkingen in hun dagelijks leven.

De stomaverpleegkundige geeft u uitleg over de operatie en verzorging van de stoma. We geven u hier de belangrijkste informatie op een rij, zodat u deze nog eens terug kunt lezen.

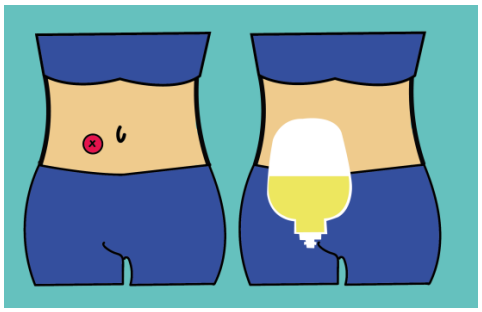
Leven met een urinestoma

De belangrijkste informatie op een rij

Wat is een urinestoma?

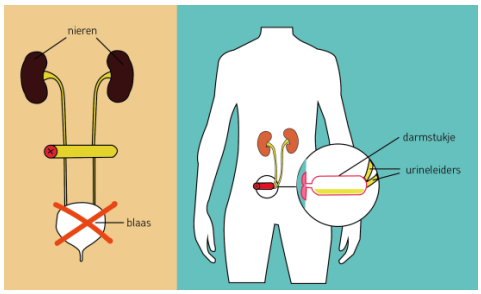
En hoe ziet een urinestoma er uit?

Een stoma is een stukje darm dat door een opening in de buik naar buiten is gebracht en op de huid is vastgehecht. U krijgt een urinestoma als de urine uw lichaam niet meer via de natuurlijke weg kan verlaten.



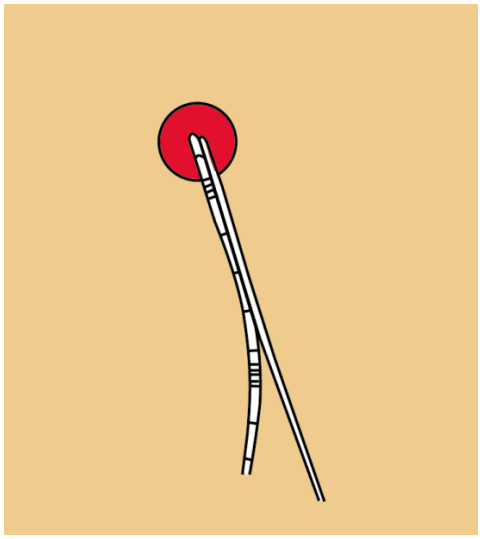
De plaats van de urinestoma

De stoma zit meestal aan de rechterkant van de buik. Een urine-stoma wordt gemaakt van een stukje dunne darm. Rondom de stoma plakt u een stomaplak (huidplaat). Aan de plak zit het zakje waarin de urine terecht komt.



De verbinding tussen urineleiders en de buikwand

De blaas wordt tijdens de operatie verwijderd. De urineleiders worden in een stukje dunne darm gehecht. Het einde van dit stukje darm wordt in de buikwand gehecht. Deze nieuwe opening in de buikwand is de stoma.
Na de operatie is de stoma vaak nog gezwollen. Dit wordt vanzelf minder. Na 3 maanden heeft de stoma zijn uiteindelijke vorm.
De stoma lijkt qua structuur en kleur veel op de binnenkant van de wang. Een urinestoma heeft geen sluitspier. U heeft dus geen controle over de urine. Het aanraken van de stoma doet geen pijn omdat de stoma geen zenuwuiteinden heeft. Net als tandslijmvlies kan de stoma bloeden bij de verzorging. Dit is normaal en gaat vanzelf over.



Splints

Na de operatie komen er 2 slangetjes uit de stoma. Zo'n slangetje noemen we een splint. De splints gaan via de stoma door de urineleiders naar de nier. Ze beschermen de eerste tijd de nieuwe verbinding zodat die goed kan genezen. De splints blijven ongeveer 10 dagen zitten, afhankelijk van hoe het herstel verloopt.

Filmpje: Wat is een urinestoma?

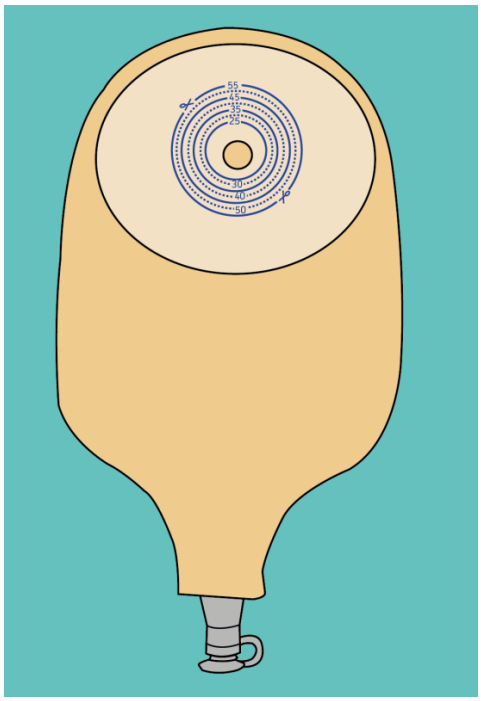
Bekijk de video op de website (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/leven-met-een-urinestoma).

Stomamaterialen

Systemen en verzorging

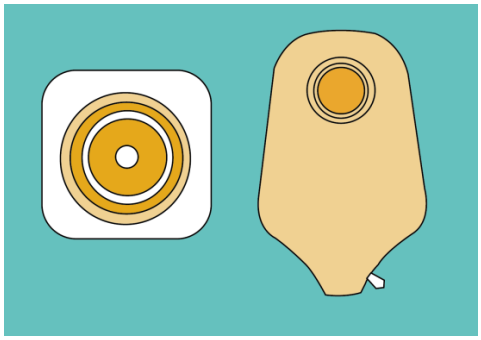
Een 1-delig of 2-delig systeem

Er zijn verschillende soorten stomamaterialen.



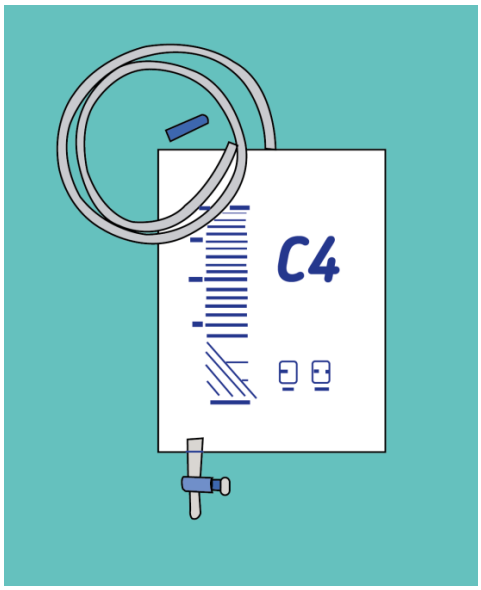
1-delig systeem

Bij een 1-delig systeem zit het opvangzakje aan de huidplaat vast. De huidplaat is het gedeelte dat op de huid plakt. Dit systeem vervangt u 1 keer per dag. Er zit een kraantje aan het zakje zodat u dit overdag kunt legen boven het toilet.



2-delig systeem

Een tweedelig systeem heeft een losse huidplaat en een los opvangzakje. De huidplaat plakt u op de huid en hier klikt u het zakje op. De plak kan 3 dagen blijven zitten en het zakje vervangt u dagelijks.
Na de operatie krijgt u een tweedelig systeem, vanwege het doorspoelen van de splints. Later, als de splints eruit gaan, bekijken we samen met u of een 1- of 2-delig systeem het beste bij uw past.



In de nacht gebruikt u een nachtzak. Deze koppelt u aan de onderkant van het stomazakje. U hoeft dan 's nachts niet uit bed om het stomazakje te legen. ‘s Ochtends als u uit bed gaat kunt u de nachtzak weer af koppelen.

Nachtzak

Een urinestoma en uw dagelijks leven

Tips en adviezen

Eten en drinken

Het is belangrijk om goed te drinken. Het advies is 2 liter per dag. Hierdoor blijft uw urine helder. U mag alles eten en drinken. Na de operatie gaat u langzaam opbouwen met eten en drinken.

Seksualiteit en intimiteit

Door de operatie verandert er veel in het lichaam dat te maken heeft met de seksualiteit.

Bij mannen kan de kwaliteit van de erecties na de operatie sterk verslechterd zijn of ze kunnen zelfs afwezig blijven. Door het verwijderen van de prostaat is het niet meer mogelijk om bij een orgasme ook een zaadlozing te hebben.

Bij vrouwen kan door het verwijderen van de blaas en (in principe) de baarmoeder, de vagina ondieper en nauwer worden. Ook kunnen vrouwen last krijgen van vaginale droogheid.

Het verzorgen van uw stoma

In de folder Instructie stomazorg vindt u algemene informatie over het verzorgen van uw stoma. Ook bevat de folder een checklist die laat zien hoe ver u bent in het zelfstandig verzorgen van uw stoma.

Lees de folder (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/sites/default/files/documents/2026-03/uro-126a-instructie-stomazorg.pdf)

Vragen?

Bereikbaarheid stomaverpleegkundige

Heeft u vragen? Neem dan contact op met de stomaverpleegkundige

(https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/stomaspreekuur-urinestomas).

Meer informatie

Kijk voor meer informatie ook eens op de website van de Stomavereniging: www.stomavereniging.nl (https://www.stomavereniging.nl)

Inloopbijeenkomsten

De Stomavereniging organiseert in samenwerking met het Jeroen Bosch Ziekenhuis een paar keer per jaar inloopbijeenkomsten voor stoma- en pouchdragers. U bent hier als patiënt, naaste of belangstellende van harte voor uitgenodigd. In een ongedwongen sfeer kunt u met elkaar van gedachten wisselen. Kijk voor meer informatie en data. (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/inloopbijeenkomst-voor-stoma-en-pouchdragers)

Betrokken afdelingen

Urologie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/urologie)

Code URO-126

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis