Behandeling

Verzorging van een darmstoma

U heeft een darmstoma gekregen en de stoma- en afdelingsverpleegkundige hebben u geleerd hoe u het stoma kunt verzorgen. U kunt hier nalezen hoe u uw stoma zelf kunt verzorgen, eventueel met hulp van een naaste.

Een darmstoma is een niet-natuurlijke uitgang voor de ontlasting. De darm eindigt dan niet meer bij de anus, maar via een opening in de buikwand. Een ileostoma is een stoma van de dunne darm, maar er kan ook een stoma van de dikke darm (colostoma) aangelegd worden. Een stoma is rood van kleur en bestaat uit slijmvlies. Het is gevoelloos en doet geen pijn bij aanraken.

Stoma van de dunne darm (ileostoma)

In dit filmpje kunt u zien wat een ileostoma is en hoe het werkt:

Bekijk de video op de website (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/verzorging-van-een-darmstoma).

Stoma van de dikke darm (colostoma)

In dit filmpje kunt u zien wat een colostoma is en hoe het werkt:

Bekijk de video op de website (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/verzorging-van-een-darmstoma).

Verzorging van uw darmstoma

Verzorging van uw stoma

Algemene adviezen

Algemene aandachtspunten:

- Controleer iedere dag de huidplak.
- Maak het opvangsysteem op tijd leeg om lekkage te voorkomen.
- Doe geen zwaar huishoudelijk werk en til geen zware dingen. Er komt anders teveel druk op de buikspieren.
- Gebruik bij de verzorging alleen lauw water. Gebruik geen zeep, dit kan huidirritatie veroorzaken.
- Neem altijd opvangmateriaal mee als u van huis gaat.

2 soorten opvangsystemen

Hoe u uw stoma verzorgt, hangt af van het opvangsysteem dat u gebruikt. Er zijn 2 soorten systemen:

Zitten de huidplak en het stomazakje aan elkaar vast? Dan heeft u een 1-delig opvangsysteem.

- U verwijdert dus steeds de huidplak én het zakje bij het verwisselen.
- Vervang de huidplak 1 keer per 24 tot 48 uur.

Zijn de huidplak en het stomazakje los te maken van elkaar? Dan heeft u een 2-delig opvangsysteem.

- U brengt eerst de huidplak aan. Op de huidplak zit een ring waarop u het stomazakje kunt vastmaken.
- U vervangt de huidplak 2 of 3 keer per week.
- U vervangt het opvangzakje minimaal 1 keer per dag.

Verzorgen dikke darm stoma (colostoma)

Bekijk op de website van de Stomavereniging hoe u een colostoma verzorgt:

Colostoma verzorgen - Stomavereniging (https://www.stomavereniging.nl/leven-met-een-stoma/soorten-stomas/stoma-op-de-dikke-darm-colostoma/colostoma-verzorgen/)

Verzorgen dunne darm stoma (ileostoma)

Bekijk op de website van de Stomavereniging hoe u een Ileostoma verzorgt:

Ileostoma verzorgen - Stomavereniging (https://www.stomavereniging.nl/leven-met-een-stoma/soorten-stomas/stoma-op-de-dunne-darm-ileostoma/ileostoma-verzorgen/)

Douchen en baden

Met een stoma kunt u gewoon onder de douche en in bad. Douchen kan met of zonder stomazakje. Voorkom dat u de douchestralen met volle kracht op de stoma richt.

Wilt u in bad gaan, draag dan wel stomamateriaal. Zorg er bij het gebruik van badolie voor dat de badolie niet rondom de stoma komt, omdat dat de plakkracht beïnvloedt.

Gebruik na uw douche of bad geen bodylotion rondom de stoma. Het stomamateriaal plakt niet goed op ingevette huid.

Stomamateriaal weggooien

De stomazakjes kunt u gewoon weggooien in de vuilnisbak. Bij dunne ontlasting maakt u de zak eerst leeg in het toilet. Volle zakken kunnen namelijk behoorlijk ruiken.

U doet elk gebruikt stomazakje eerst in een speciale afvalzak en gooit deze dan bij het restafval. De speciale afvalzakken levert de medisch speciaalzaak.

Wanneer neemt u contact op?

- Wanneer u koorts krijgt boven de 38,5 graden Celsius.
- Als de stoma pijnlijk, opgezet, erg bloederig of donker verkleurd is.
- Als de huid kapot, rood of pijnlijk is.
- Bij problemen met het stomamateriaal of lekkage.
- Als de stoma verstopt is. Dus als u geen ontlasting aanmaakt en u hiervan klachten heeft.
- Als uw ileostoma meer dan 1 liter ontlasting aanmaakt in 24 uur.

Met wie neemt u contact op?

Heeft u medische vragen? Bel dan tijdens kantooruren naar de polikliniek Chirurgie: (073) 553 60 05.

Heeft u problemen met het stomamateriaal of een kapotte of pijnlijke huid? Maak dan via de polikliniek een (telefonische) afspraak met de stomaverpleegkundige.

Bij problemen buiten kantooruren die echt niet kunnen wachten, belt u met de huisartsenpost.

Stoma App

Er is een speciale Stoma App voor volwassenen met een stoma, met tips en informatie over het dagelijks leven met een stoma. Hier kunt u bijvoorbeeld informatie vinden over bewegen, voeding, reizen, enz. In de app kunt u ook verschillende filmpjes bekijken. U kunt de app downloaden via de App Store of Google Play.

Code CHI-309

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis