een santeon ziekenhuis

Stomaproblemen: behandelingen en adviezen

Een stoma is een kunstmatige opening voor urine of ontlasting. De urine of ontlasting verlaat het lichaam via deze uitgang en wordt dan opgevangen in een stomaopvangzakje. Dit gaat meestal goed. Mensen met een stoma kunnen wel te maken krijgen met een aantal problemen met de stoma en met de huid rond de stoma.

Hieronder leest u meer over de meestvoorkomende problemen en wat u in dat geval kunt doen.

Stomabreuk

Een breuk bij uw stoma, noemen we ook wel een parastomale hernia. Op de plek van uw stoma is de buikwand wat zwakker. Door bijvoorbeeld te zwaar te tillen of veel hoesten, wordt de druk in de buik te hoog en komt er meer van de darm via de opening in de buikwand naar buiten. Dit ziet eruit als een zwelling/bolling onder de huid naast uw stoma.

Hierdoor kan uw stoma bekneld raken. U kunt hierdoor de volgende klachten hebben:

- pijn;
- het slijmvlies van uw stoma verandert van kleur;
- er komt weinig of geen ontlasting of urine in uw stomazakje.

De behandeling bestaat uit leefregels en adviezen, waaronder zo min mogelijk tillen. Lees meer over stomabreuk en de behandeling (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/3782) hiervan.

Uitstulping van de stoma (prolaps)

Het darmslijmvlies van een stoma kan enkele centimeters tot enkele tientallen centimeters naar buiten komen. Dit wordt een stomaprolaps genoemd. Het kan een vervelend gezicht zijn omdat er veel darmslijmvlies zichtbaar is. Het slijmvlies kan zwellen. Daarnaast kan het zijn dat er minder ontlasting of urine uit uw stoma komt.

Een stomaverpleegkundige kijkt naar wat de oorzaak is en hoe dit het beste te behandelen is. Vaak probeert de stomaverpleegkundige of de arts slijmvlies voorzichtig terug te duwen in de buik. Het dragen van een ondersteunende band die tegendruk geeft kan helpen om een nieuwe uitstulping van de stoma te voorkomen. Ook zal de stomaverpleegkundige leefregels met u doorspreken. Op onze pagina over stomaprolaps (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/3675) vindt u meer informatie.

Slechte doorbloeding

Als het stomaslijmvlies slecht doorbloed is, kunnen er donkere plekken op het slijmvlies ontstaan. Dit wordt necrose genoemd. Als dit gebeurt, is het belangrijk dat er met spoed gekeken wordt naar wat de slechte doorbloeding veroorzaakt. Het weefsel dat al beschadigd is, kan namelijk niet meer herstellen. Soms kan er ook een operatie nodig zijn. Of dit nodig is, is afhankelijk van de oorzaak van de slechte doorbloeding.

Wond rondom uw stoma

Het kan gebeuren dat het stomaslijmvlies en de huid eromheen niet op elkaar aansluiten. Er zit dan een wond rondom de stoma. De wond kan ondiep zijn, maar de wond kan ook dieper zijn. Deze complicatie komt vaak voor in de periode direct na de operatie waarbij de stoma is aangelegd. Neem als dit gebeurt altijd contact op met uw stomaverpleegkundige.

Het kan onstaan:

- doordat de hechtingen wat losgelaten hebben;
- doordat het stomaslijmvlies slinkt;
- door het gebruik van bepaalde medicijnen zoals corticosteroiden.

De wond groeit vaak vanzelf dicht. Een stomaverpleegkundige kijkt samen met u hoe u de wond het beste kunt verzorgen.

Stoma ligt teruggetrokken in de buik

Een stoma kan wat teruggetrokken in de buik liggen. Dit noemen we ook wel een stomaretractie. Soms is dit direct na de operatie al zichtbaar. Er was dan niet genoeg ruimte om de stoma verder naar buiten te krijgen. Stomaretractie kan ook veel later optreden, bijvoorbeeld als uw buikomvang groter is geworden door gewichtstoename.

Een teruggetrokken stoma is pas vervelend als het stoma hierdoor niet goed aansluit op het stomamateriaal en dit gaat lekken. Gebeurt dit bij u? Neem dan contact op met uw stomaverpleegkundige. Zij kan u advies geven om dit probleem op te lossen.

Vernauwde stoma (stomastenose)

Een stoma kan vernauwd raken; dit noemen we ook wel stenose. Dit betekent dat de doorgang van de stoma in de huid of de onderliggende spier van de buik te smal is.

Hierdoor kan de ontlasting of de urine moeilijker door de stoma naar buiten komen. Dit kan grote problemen geven.

De stomaverpleegkundige kijkt dan of het mogelijk is om de stomaopening op te rekken met behulp van een speciaal kunststof buisje die u in de stomaopening kunt inbrengen: de dilastom. Dit oprekken kunt u zelf thuis doen. Mocht dit niet genoeg helpen, dan kan uw behandelend specialist kijken of een operatie u zou kunnen helpen. Op onze pagina over stomastenose (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/3784) vindt u meer informatie.

Beschadiging stomaslijmvlies

Het stomaslijmvlies kan beschadigd raken, bijvoorbeeld door stoten, vallen of doordat het slijmvlies klem komt te zitten. Dit kan zorgen voor een klein wondje of een bloeding. De bloeding is meestal goed te stoppen door er koude gaasjes tegenaan te drukken. Heeft u een ernstigere beschadiging? Dan kunt u het beste advies vragen aan de arts die uw stoma heeft geplaatst of aan uw stomaverpleegkundige.

Vochtophoping

Wanneer er veel vocht in uw stomaslijmvlies zit kan het slijmvlies dik worden; dit noemen we oedeem. Oedeem kan op zich geen kwaad als uw ontlasting of urine nog goed uit uw stoma komt. Is dat niet het geval, dan is het belangrijk om erachter te komen waardoor het slijmvlies opzwelt. Als dit gebeurt kunt u contact opnemen met de stomaverpleegkundige.

Ontlasting blijft boven in de stoma hangen

Het kan voorkomen dat er ontlasting als een plakkaat boven in het stomazakje blijft hangen. Dit kan er soms voor zorgen dat er ontlasting onder de huidplaat door lekt. Dit gebeurt vaak bij plakkerige ontlasting.

Hierbij is het goed om na te gaan wat u eet en drinkt en te kijken of meer drinken, het eten van vezels en meer bewegen helpt. Soms kan het ook helpen om een druppeltje olie of glijgel in het zakje te dien voordat u dit opplakt. Zo zakt de ontlasting iets beter in het stomazakje.

Verstopping (obstipatie)

Bij verstopping (obstipatie) is de ontlasting zo hard en ingedikt dat u deze moeilijk kwijt kunt raken via de stoma. Afhankelijk van de soort stoma mag ontlasting dun en brijig tot dik en compact zijn.

Soms is het nodig om hiervoor medicatie te gebruiken. Daarnaast kan er gekeken worden of het u helpt om laxerende voedingsmiddelen te eten en voldoende te drinken. Heeft u een colostoma of urinestoma? Dan is het goed om gemiddeld 2 liter per dag te drinken. Heeft u een ileostoma? Dan adviseren we u om 2 tot 2,5 liter per dag te drinken.

We adviseren u om dit advies te volgen als uw ontlasting er in de vorm van keutels uit komt of als u buikklachten heeft door de ontlasting. Heeft u twijfels? Overleg dan met uw huisarts of stomaverpleegkundige. Zij kunnen bepalen of het nodig is om te onderzoeken of uw klachten een andere oorzaak hebben, zoals een obstructie/afsluiting.

Te veel gasvorming

Het kan gebeuren dat er zich in de darmen te veel gas vormt. Hierdoor kan het zakje van uw stoma bol gaan staan. Daarnaast kan het filter van uw stoma (deze werkt normaal een aantal uur) door teveel gasvorming sneller verzadigd raken en zijn werking verliezen.
Als dit bij u gebeurt, dan kunnen we onder andere kijken naar wat u eet en drinkt. Sommige voedingsmiddelen en dranken kunnen namelijk voor meer gasvorming zorgen.

Ook kauwgom kauwen zorgt voor meer gasvorming. Dat komt doordat u bij het kauwen vaak veel lucht inslikt.

Zoals:

- koolsoorten
- spruiten
- prei

- paprika
- uien en knoflook
- peulvruchten
- koolzuurhoudende dranken
- bier

Lees voor meer informatie hierover onze dieetadviezen bij een ileostoma (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/4130) en voedingsadviezen bij een colostoma (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/4376).

Heeft u hier last van? Neem dan gerust contact op met uw stomaverpleegkundige. Zij kan u advies geven om deze klachten te verminderen.

Huidproblemen

Als u een stoma kan het zijn dat u te maken krijgt met huidproblemen. Hieronder vertellen we u meer over de meest voorkomende huidproblemen.

Beschadiging van de huid

Uw huid kan beschadigen doordat deze in aanraking komt met ontlasting of urine. Dit noemen we ook wel 'contactdermatitis'. Het ontstaat meestal doordat er ontlasting of urine onder de huidplaat lekt. Lekkages kunnen verschillende oorzaken hebben, bijvoorbeeld een plooi bij het stoma, een teruggetrokken stoma of het te groot knippen van het stomamateriaal. Daarom is het belangrijk om te onderzoeken wat bij u de oorzaak is, zodat we het probleem zo goed mogelijk kunnen oplossen.

Rode bultjes

Het kan zijn dat er rode bultjes ontstaan op de rand van uw stomaslijmvlies en op de overgang naar uw huid. Dit noemen we hypergranulatie of granulomen (ook wel 'wild vlees' genoemd). Deze bultjes bloeden snel, maar het bloeden kan geen kwaad. Het kan ontstaan door irritatie door hechtmateriaal dat is achtergebleven. Ook wrijving van bijvoorbeeld wat stugger stomamateriaal tegen uw slijmvlies kan zorgen voor hypergranulatie.

Schimmelinfectie (candidiatis)

Omdat u uw huid afplakt met het stomamateriaal, kan het daaronder warm en soms ook vochtig worden. Hierdoor kunt u sneller een schimmelinffectie krijgen. De huidplaat zorgt er in principe dat de ph-waarde (zuurgraad) van uw huid gezond blijft en een teveel aan vocht goed wordt opgenomen. Toch kan een huidplaat soms niet meer goed passen bij uw situatie op dat moment. Bijvoorbeeld bij warm weer of als u ziek bent en een minder goede weerstand heeft.

Als u een schimmelinfectie heeft dan behandelen we dit met een antischimmelmiddel. Ook kijken we samen met u hoe we de oorzaak van het ontstaan van de schimmelinfectie kunnen verhelpen.

Geïrriteerde huid door verwijderen stomamateriaal ('stripeffect')

Het kan gebeuren dat uw huid geïrriteerd raakt door het verwijderen van het stomamateriaal. Dit kan komen doordat u het materiaal te ruw verwijdert, maar het kan ook gebeuren doordat de kleeflaag van uw

stomamateriaal te stevig aan de huid vastplakt.

Om het probleem te kunnen verhelpen is het belangrijk om te kijken waardoor uw huid geïrriteerd raakt. Heeft u hier last van, neem dan gerust contact op met de stomaverpleegkundige.

Wondjes

Op de huid rondom uw stoma kunnen wondjes ontstaan. Deze kunnen om verschillende redenen ontstaan. De stomaverpleegkundige kan samen met u kijken waardoor de wondjes zijn ontstaan en hoe deze het beste behandeld kunnen worden.

Gerelateerde informatie

Aandoeningen

- Stomaprolaps (uitstulpende stoma) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/stomaprolaps-uitstulpende-stoma)
- Stomabreuk (parastomale hernia) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/stomabreuk-parastomale-hernia)
- Stomastenose (https://www.antoniusziekenhuis.nl/stomastenose)

Behandelingen & onderzoeken

- Stoma (https://www.antoniusziekenhuis.nl/stoma)

Specialismen

- Stomazorg (https://www.antoniusziekenhuis.nl/stomazorg)

Contact Stomazorg **T 088 320 28 00**