

Urostoma eendelig systeem

Een urostoma is een kunstmatige uitgang voor uw urine. U krijgt deze stoma wanneer uw urine uw lichaam niet meer op de natuurlijke manier kan of mag verlaten. Bij het eendelig systeem vormen de huidplaat en het zakje een geheel.

Vorbereiding

Wij raden u aan het volgende vooraf klaar te leggen

- Een op maat gemaakt systeem.
- Een afvalzakje.
- Vochtige gazen en droge gazen.
- Een mal (plastic kaartje waar precies de grootte van uw stoma uitgeknipt is).
- Een pen.
- Een schaar.

Gebruik van het eendelig systeem

Het op maat maken van de huidplaat

Benodigdheden: schaar, pen en de mal.

1. Leg de huidplaat op tafel met de papieren bescherm laag naar boven.
2. Leg de mal met de goede kant naar beneden op de huidplaat. Let op de boven- en onderaanduiding. De pijl geeft de bovenkant van de mal aan (↑).
3. Teken langs de opening van de mal de opening van uw stoma af op de huidplaat.
4. Zet de pijl aan de bovenkant op de papieren bescherm laag.
5. Knip de afgetekende opening uit de huidplaat en maak de rand van de opening met uw vinger glad. Let op dat u niet in het zakje knipt!
6. Sluit het stomazakje aan de onderkant met behulp van het afvoerkraantje.

Het vervangen van het systeem

U gaat als volgt te werk

1. Als het zakje te vol zit, moet u het eerst legen door het afvoerkraantje te openen.
2. Trek voorzichtig met één hand de huidplaat los. Steun daarbij met de andere hand de huid. U kunt hierbij een vochtig gaasje gebruiken (kraanwater). Werk altijd van boven naar beneden.
3. Leg een vochtig gaasje op de stoma om eventuele urine op te vangen.
4. Doe het vuile materiaal in het afvalzakje.
5. Reinig de huid en de stoma met een vochtig gaasje.
6. Dep huid en stoma droog met een droog gaasje.
7. Verwijder de bescherm laag van het op maat gemaakte systeem.
8. Pak de zijkanen van de huidplaat beet en buig de huidplaat licht, zodat de onderrand van de opening goed te zien is. Zit er een kijkvenster in het systeem, dan kunt u het stomazakje ook staand voor een spiegel (in de badkamer) aanbrengen.
9. Bevestig het systeem van onder naar boven. Let op dat de pijl naar boven wijst. Zorg dat de onderrand goed aansluit en dat er zo min mogelijk plooien ontstaan.
10. Druk het systeem door het zakje heen goed rond de stoma aan. Werk hierbij van binnen naar buiten. Controleer of het systeem goed vast zit.

Aandachtspunten



Verzorging

- Het is aan te raden uw stoma 's morgens te verschonen, voordat u heeft gegeten of gedronken. De stoma produceert dan nog weinig of geen urine.
- Om lekkage te voorkomen leegt u het zakje als het voor driekwart vol zit.
- Zorg dat u voldoende drinkt. De urineproductie moet minstens 1 liter per dag bedragen.
- Let op dat de slijmvlokkende afvoer van het zakje niet verstopt.
- Wordt de urine troebel met veel slijmvlokken en donker van kleur, verhoog dan de vochtinname. Als er geen verbetering optreedt, raadpleeg dan uw huisarts.
- Sluit om lekkage te voorkomen voor de nacht een nachtzak aan op het aftrapkraantje van het opvangsysteem.
- U kunt zelf kiezen of u met of zonder opvangmateriaal onder de douche of in bad gaat.
- Haargroei onder de huidplaat kunt u met een scheermesje verwijderen. Het verwijderen van een huidplaat op een behaarde buik is erg pijnlijk en veroorzaakt huidirritatie.
- Gebruik geen zalven, oliën en dergelijke. Ze verminderen de plakkracht van de hulpmiddelen.
- Gebruik geen sterk ontvettende middelen, zoals stoma- of reinigingsdoekjes of beschermende producten. Ze drogen de huid uit en kunnen op de lange duur juist huidirritatie geven.
- Controleer regelmatig of de mal nog wel passend is.
- Zorg dat u altijd opvangmateriaal bij u heeft, ook als u maar een uurtje van huis bent. Zo komt u niet voor onaangename verrassingen te staan.
- Zorg dat u altijd voldoende opvangmateriaal heeft voor een periode van twee weken. Dan bent u bij onvoorziene omstandigheden, zoals stagnatie van de bezorging, niet meteen onthand.
- Neem als u gaat reizen altijd een gedeelte van het opvangmateriaal als handbagage mee. Meer tips vindt u in het boekje Stoma en Reizen van de Nederlandse Stomavereniging.

Verandering van vorm

Tot ongeveer drie maanden na het aanleggen kan uw stoma van vorm veranderen. Hierdoor kan ruimte ontstaan tussen stoma en huidplaat waardoor een randje buikhuid tussen stoma en huidplaat zichtbaar wordt. In dat geval moet de maatvoering van de mal die nodig is voor het aftekenen van de opening op de huidplaat worden aangepast. Dit kunt u zelf doen. Als u niet zeker bent of u het wel goed doet, kan de WIS-consulente dit voor u doen.

Bloeden

Uw stoma kan door aanraken wel eens wat bloeden. Hiervan hoeft u niet te schrikken, het komt wel vaker voor en stopt vanzelf. U kunt ook een nat gaasje met koud water op uw stoma leggen. Als het vaak gebeurt of als het bloedverlies langdurig is, maakt u een afspraak met uw WIS-consulente.



Huidirritatie en/of lekkage

- Controleer regelmatig of uw huid onder de huidplaat van het stomazakje niet rood ziet of geïrriteerd is. Is dit het geval, wacht dan niet, maar maak een afspraak op de poli bij de WIS-consulente. Als de mogelijke oorzaak duidelijk is, kan erger worden voorkomen.
- Controleer regelmatig als u het zakje verwijdt of er geen urine onder de huidplaat zit. Dit ziet u ook aan eventuele te sterke verweking van de huidplaat langs de stoma (witte verkleuring). Is dit het geval dan kan uw huid kapotgaan en kan de huidplaat gaan loslaten. Maak een afspraak op de WIS-poli, zodat de WIS-consulent kan beoordelen of er aanpassingen nodig zijn met betrekking tot uw materiaal. Lekkage hoort er niet bij!

Eventuele hulpmiddelen

.....

.....

.....

Contact

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, neem dan gerust contact op met een van de stomaconsulenten. U kunt hen bereiken via onderstaande gegevens:

Stomacentrum Erasmus MC, 06 50 03 20 30
Bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 8.00 tot 16.00 uur.
E-mail: stomacentrum@erasmusmc.nl

Patiëntinformatiecentrum Oncologie (PATIO)

Het patiëntinformatiecentrum is er voor iedereen die met kanker te maken krijgt, als patiënt of naaste. Het informatiecentrum bevindt zich aan de Zimmermanweg en is geopend van maandag t/m vrijdag van 8.00 - 16.30 uur. Telefoon: (010) 704 12 02. Mail: patio@erasmusmc.nl
Voor alle mogelijkheden en activiteiten: www.erasmusmc.nl/kankerinstituut/patio. Kijkt u ook eens naar het ervaringsverhaal van Joris: youtu.be/4GVqbuyUSnA





