



az sint-jan
brugge - oostende av



Urostoma

Dienst Urologie



Urostoma
Dienst Urologie

Meneer, Mevrouw

Onlangs werd beslist om uw blaas te verwijderen.
Deze ingreep roept waarschijnlijk veel vragen bij u op. Wij stelden deze brochure voor u samen. U kan ook steeds terecht bij de incontinentieverpleegkundige. Deze verpleegkundige zal u begeleiden voor en na uw hospitalisatie. Ook na ontslag zal u opgevolgd en ondersteund worden wanneer u dit wenst.

Urostoma

Dienst Urologie

Hoe werkt de blaas?

Urine wordt geproduceerd in de nieren. Het bevat afvalstoffen. Onderaan in de nieren wordt de urine verzameld. Van daar wordt de urine via de urineleiders naar de blaas gebracht.

De blaas is een opslagplaats voor de urine. De sluitspier onderaan de blaas zorgt ervoor dat de urine daar blijft tot u de aandrang voelt om te plassen. Wanneer u wilt plassen dan ontspant de sluitspier zich en trekt de blaas samen. Zo kan de blaas geleidigd worden via de urinebuis naar buiten.

Bij een kunstmatige aangelegde uitgang (urostoma) valt deze functie weg. U kan de urinelozing niet meer zelf regelen.

Wat is een urostoma?

Wanneer uw blaas verwijderd wordt moet een andere manier gezocht worden om de geproduceerde urine uit het lichaam te voeren.

Men neemt een stuk dunne darm weg van ongeveer 15 cm. De uiteinden, waar het stuk tussen uit werd genomen, worden terug aan elkaar gehecht. Zo blijft de darm zijn normale functie behouden. Het weggenomen stuk darm wordt aan één zijde dichtgemaakt. De urineleiders worden erop aangesloten. Aan de andere zijde wordt het uiteinde buiten het lichaam gebracht op de rechterzijde van de buik. Dit noemt men een urostoma.

Hierdoor kan de urine uit het lichaam verwijderd worden. De ingreep die zorgt voor deze manier noemt men het plaatsen van een urostoma of een Bricker-derivatie.

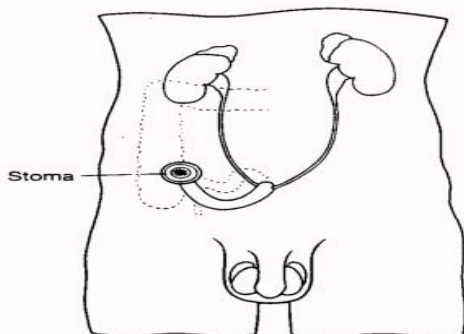
Met een urostoma valt de plasdrang weg waardoor u geen controle meer hebt op de urinelozing. Daarom wordt er opvangmateriaal gebruikt om de urine op te vangen.

Dit materiaal bestaat uit een plaat die op de huid rond de stoma kleeft en een opvangzakje. Er bestaan verschillende systemen. Wij zullen u

Urostoma

Dienst Urologie

voldoende informeren en het meest geschikte systeem voor u uitzoeken.



Hoe verloopt de opname in het ziekenhuis?

Sinds kort is het wettelijk verplicht dat u op papier toestemt voor een ingreep. Daarvoor dient u voor aanvang van de ingreep een document "toestemmingsformulier voor een ingreep" te ondertekenen. Dit document krijgt u mee op de consultatie bij de uroloog.

Voor uw opname zal u al langskomen bij de continëntieverpleegkundige voor een gesprek en voor de nodige informatie naar de ingreep toe.

Urostoma

Dienst Urologie

De plaats voor de stoma wordt bepaald. Dit om het voor u comfortabel te maken. Het materiaal wordt aangebracht op de gekozen plaats en gevuld met water om te evalueren. Is de plaat hinderlijk? Zijn er huidplooiën? Of littekens van vorige operaties? Is het comfortabel met uw kledij?

U wordt de dag voor de ingreep opgenomen. Uw darmen moeten zuiver zijn, daarom krijgt u darmvoorbereiding. U drinkt een product waardoor de darmwerking gestimuleerd wordt. Vanaf 24 u blijft u nuchter. U verblijft ongeveer 16 dagen in het ziekenhuis. De eerste 1 of 2 dagen na de operatie brengt u door op de dienst Intensieve Zorgen.

U hebt na de operatie:

-een infuus: om pijnstilling en vocht toe te dienen. U mag niet eten tot de darmwerking voldoende op gang is gekomen.

-een maagsonde: om de maag te legen omdat de darmen door de operatie tijdelijk zijn stilgelegd. Wanneer de darmen terug binnen werken zal u flatus krijgen (windjes laten). Dan wordt de maagsonde verwijderd.

-een drain: om wondvocht uit het lichaam te verwijderen. De arts bepaalt wanneer de drain mag ingekort of verwijderd worden.

-2 urethersondes: dit zijn heel fijne buisjes die via de urineleiders uitmonden in de stoma. U kan deze zien. Deze buisjes zijn nodig om de hechtingen binnenin te laten herstellen. Na ong 8 dagen worden ze pijnloos verwijderd.

Urostoma

Dienst Urologie

En daarna?

U zal opgezocht worden door de continëntieverpleegkundige tijdens uw opname. U zal ook op eigen tempo aangeleerd worden om het stomamateriaal te vervangen en de stoma te verzorgen. Er zal beroep gedaan worden op de thuisverpleegkundige voor de urostomazorg in de eerste periode na ontslag uit het ziekenhuis.

Toch is het aan te raden dat u ook zelf weet wat te doen bij de stomazorg of dat uw partner of familielid weet hoe de stomazorg verloopt.

Informatie rond opvangmateriaal, terugbetaling en de verzorging van uw stoma zal u krijgen van de incontinentieverpleegkundige. Ook zal er samen met u gezocht worden naar oplossingen mochten er problemen zijn. Er kan info gegeven worden rond kledij.

Wij streven ernaar uw levenskwaliteit te behouden of zoveel mogelijk te benaderen zoals u gewoon was.

Bij ontslag zal u een afspraak meekrijgen voor controle bij de uroloog en een afspraak voor controle bij de incontinentieverpleegkundige.

DE STOMAZORG

Welk materiaal is er?

Er zijn ééndelige en tweedelige systemen. Bij het ééndelig systeem bestaat de plaat en de zak uit één geheel. Bij tweedelige systemen brengt men eerst de plaat aan en klikt men de zak daaraan vast. Meestal wordt om te starten gekozen voor een tweedelig systeem.

Hoe ga ik te werk bij de stomazorg?

Kies voor het verzorgen van de stoma het meest geschikte moment en een rustige plaats.

Urostoma

Dienst Urologie

Het beste moment is 's morgens kort na het opstaan en voor het ontbijt.

Ieder mens is anders, ervaring zal u leren wat voor u comfortabel is.

Wat heb ik nodig?

- een washandje
- Eventueel een zachte zeep (type Sunlight, géén geparfumeerde zepen)
- een handdoek
- toiletpapier of papieren zakdoekjes
- een maatkaart voor de stoma
- een schaartje met ronde punten
- uw stomamateriaal
- wegwerpzak

Wat doe ik?

- ◆ Leeg de zak en verwijder ze.
- ◆ Verwijder voorzichtig de plaat (gooi beide in de wegwerpzak).
- ◆ Reinig het stoma met toiletpapier of papieren zakdoekje. Eventueel geelwit beslag goed verwijderen.
- ◆ Nu kun je de huid wassen met lauw water.
- ◆ U kan gerust een douche nemen als de plaat verwijderd is, dat kan u een fris en vrij gevoel geven.
- ◆ Droog deppen met een zachte handdoek.
- ◆ **NOOIT** alcohol, ether, Eosine rond de stoma aanbrengen. Die kunnen de huid irriteren en of uitdrogen. Wat dan kan leiden tot pijn, ongemak en loskomen van de plaat.
- ◆ Het kan zijn dat bij reiniging of wassen van de stoma, de stoma lichtjes begint te bloeden. Dit is normaal en niet gevaarlijk (te vergelijken met bloedend tandvlees).
- ◆ Bij mannen kan er beharing zijn rond de stoma. Deze kunnen weggeknipt worden of met een scheerapparaat voorzichtig verwijderd worden. Dat maakt het verwijderen minder pijnlijk.

Urostoma

Dienst Urologie

- ◆ Neem de maat van de stoma een 2-tal keer in de week, zeker in het begin. Zo kan u de juiste maat uitknippen. De opening maximum 1mm groter dan het stoma.
- De plaatopening uitknippen op maat van het stoma is altijd **zeer** belangrijk. Vaak zijn problemen met het materiaal te wijten aan onjuist op maat geknipte platen.
- ◆ Zorg dat de huid goed droog is . U kan eventueel een beschermingsfilm in sprayvorm aanbrengen om de kleefkracht te versterken en om de huid te beschermen.
- ◆ Warm de plaat op met uw lichaamstemperatuur (onder de oksel of tussen de handen). Een warmere plaat is soepeler om aan te brengen en verhoogt de kleefkracht. Dit komt omdat de kleefcomponenten geactiveerd worden onder invloed van warmte. Een plaat die bewaard wordt in een koude omgeving zal minder goed kleven bij onmiddellijk gebruik.
- ◆ Zorg dat de huid goed droog is. Een vochtige huid zorgt ervoor dat de plaat niet goed kleeft en kan tot lekkage leiden.
- ◆ Breng nu de plaat aan. Zorg dat enkel het stoma uit de opening komt. De huid rondom moet beschermd worden zodat er geen urine onder de plaat komt. Wanneer de opening veel te groot geknipt is kan dit de oorzaak zijn van irritatie.
- ◆ Breng nu de zak aan en controleer of hij goed is bevestigd.
- ◆ Hou uw handen nog een 10-tal minuten op de plaat en sta niet onmiddellijk recht, daardoor gaat de plaat ook beter kleven.
- Neem de tijd voor de stomazorg.

TEGEMOETKOMING VOOR HET STOMAMATERIAAL

Voor uw stomamateriaal krijgt u een vergoeding. Dit noemen we een dotatie. Het stomamateriaal wordt volledig vergoed binnen een vast bepaald gebruik ervan. Ook de bijkomende producten zoals gordels, beschermingsfilms worden voor een bepaald aantal vergoed.

Urostoma

Dienst Urologie

Hoe gebeurt de regeling voor de terugbetaling?

U hebt de eerste keer een voorschrift nodig van de arts met welk stomamateriaal u nodig hebt.

Uw materiaal kan u halen bij een thuiszorgwinkel of bandagist.

Bepaalde bandagisten leveren ze ook aan huis in het geval het voor u onmogelijk is om ze zelf af te halen. De continentieverpleegkundige zal u hierbij op weg helpen.

Waar heeft u recht op?

- Eéndelig systeem: 60 stuks/ 3 maanden
- Tweedelig systeem: platen 45 stuks/3 maanden, zakjes 60 stuks/ 3 maanden
Dit komt overeen met vervanging van de plaat elke 2 dagen en van het zakje elke 1,5 dag.
- Ledigbare grote nachtzak (aankoppelen op het kleine zakje): 20 stuks/ 3 maanden
- Beenzakken: 20 stuks/3 maanden (facultatief)

Voor de hulpmiddelen als u die nodig zou hebben (niet bij iedereen nodig)

- Bevestigingsgordel: 1 stuk/ 6 maanden
- Beschermingspasta in tube: 120 gram/ 3 maanden
- Beschermingspoeder: 55 gram/ 3 maanden

De verscheidenheid aan materiaal is zeer groot. De continentieverpleegkundige zal u helpen kiezen op uw maat en naar uw behoefte.

We starten eerst op met materiaal voor één maand. Het gebeurt soms dat er voor iets anders moet gekozen worden.

De hoeveelheid waar u recht op hebt is normaal voldoende om een goede en hygiënische verzorging te waarborgen. Het kan al eens zijn dat u eens meer gebruikt dan waar u recht op hebt. Dit is dan volledig ten uwten laste.

Urostoma

Dienst Urologie

Indien nodig kan dan naar de oorzaak gezocht worden. Misschien is het dan nodig om op ander materiaal over te gaan. De continetieverpleegkundige zal dan samen met u zoeken naar het geschikt materiaal.

ENKELE TIPS

Nog enkele weetjes:

- ♠ Wees niet verontrust als het eens moeilijk gaat. Al doende leert men.
- ♠ Pas na 2 maanden heeft de stoma zijn definitieve vorm. Knip daarom niet alle platen op voorhand uit in dezelfde openingsmaat. Daarom moet je ook steeds 2 x per week de maat te nemen. Toch zeker de eerste maanden en daarna ook regelmatig.
- ♠ U kunt een gaasje, een tandartstampon of een stukje papieren zakdoek in de opening plaatsen tijdens het aanbrengen van de plaat. Dit voorkomt dat er urine blijft lopen en onder de plaat terecht komt bij het wisselen. Wat kan leiden tot kleefproblemen.
- ♠ Het is normaal dat uw urine soms sterker of anders ruikt. Voeding en drank kunnen geur bevorderen. Bv. vis, asperges, eieren.
- ♠ De urine kan vlokken bevatten. Het nieuwe urinereservoir is gemaakt van darmweefsel. Dit weefsel blijft darmvlokken aanmaken, zeker in de beginfase.
- ♠ Blijf voldoende drinken. Anderhalve tot twee liter water drinken per dag. Het drinken van veenbessensap kan een gunstig effect hebben op de geur.

UW DAGELIJKSE LEVEN

Een urostoma zorgt steeds voor een veranderd leven. Vooral in het begin kan dit voor u moeilijk zijn. U moet zich gaan aanpassen aan een nieuwe situatie. U kan verschillende gevoelens ervaren. Langzaam aan zal dit zich herstellen, afhankelijk van persoon tot persoon. Tracht te streven naar een levenskwaliteit die uw vroegere zoveel mogelijk benadert.

Urostoma

Dienst Urologie

Kleding

Waarom zou u zich niet op dezelfde manier kleden als voordien? Zelf voelt u wat voor u prettig dragen is. Het plezier om zich te kleden is een deel van uw vrijheid en kan u een goed gevoel geven.

Bij mannen kunnen broeken met een broeksriem soms minder comfortabel zijn. Dan kunnen bretellen of broeken met een elastieken band een oplossing zijn.

Er zijn ook speciale kledij op de markt voor stomadragers, zoals badkledij en lingerie.

Zelfbeeld en seksualiteit

Een dergelijke ingrijpende operatie kan beleefd worden als een verminking van uw lichaam. Het kan u het gevoel geven "geschonden" te zijn. Er is tijd nodig om dit te verwerken. Het uiten van uw gevoelens kan een stap zijn in het verwerkingsproces.

Er is geen enkel bezwaar om seks en genegenheid te beleven. Maar vanuit een veranderd lichaamsbeeld kan dit soms moeilijk verlopen. Gun uzelf en uw partner de tijd om te wennen aan de veranderde situatie.

Bij mannen die een stoma aangelegd kregen, komt impotentie heel vaak voor. Dit kan tijdelijk of definitief zijn. Tracht zo open mogelijk te praten als koppel. Er kunnen ook bepaalde hulpmiddelen beschikbaar zijn. Vraag raad aan uw uroloog of vraag om info bij de continentieverpleegkundige.

Sport en vrije tijd

Na een periode van herstel kan u terug activiteiten zoals voorheen opnemen. De stoma vormt geen hinderpaal voor lichaamsbeweging en hobby's. Zelfs zwemmen is mogelijk. Er zijn ook minizakjes of kapjes verkrijgbaar om op de plaat te bevestigen.

Er is geen bezwaar om te reizen met een stoma. Warmte kan zorgen voor oedeem van de stoma. Een koud kompres of neusdruppels kan dit verhelpen.

Transpiratie kan soms de kleefkracht van de plaat beïnvloeden.

Misschien is het dan nodig dat u elke dag een nieuwe plaat aanbrengt.

Urostoma

Dienst Urologie

Reist u met de wagen en voorziet u een lange autorit dan kan u eventueel een grotere zak nemen of een been-of nachtzak bevestigen. Of u kan, indien mogelijk, iets vaker een plas stop houden. Zonnen is ook geen bezwaar maar te grote hitte van de zon kan mogelijk de plaat doen smelten. Eventueel dekt u de stoma af met een handdoekje. Ook overmatig zweten kan de kleefkracht verminderen. Wanneer u met het vliegtuig reist mag u iets meer bagage meenemen. Maar u vraagt best een bewijs aan de uroloog. Zorg ervoor dat u steeds **extra materiaal in uw handbagage** mee hebt. Zo kan u steeds vervangen mocht dit nodig zijn of mocht uw koffer verloren gaan. Gelieve wel de plaat op voorhand te knippen want een schaar is niet meer toegelaten in de handbagage. Ook bij een uitstap: zorg dat u steeds extra materiaal mee hebt. Bij een ziekenhuisopname brengt u uw eigen materiaal mee. Uw dotatie loopt dan gewoon door.

U KAN TERECHT

Weet dat u terecht kunt bij de arts, verpleegkundigen en de continëntieverpleegkundige voor:

Problemen, vragen, nood aan een luisterend oor.

Wanneer u pijn hebt of u zich ongerust maakt over iets dat veranderd is. Wanneer u informatie wil.

Er kan steeds gezocht worden naar een oplossing!

Indien u dit wenst kan u ook opgezocht worden door een persoon die al langer een urostoma heeft.

Urostoma

Dienst Urologie

Contactgegevens

Dr Degelin Jurgen
Dr Verlinde Bjorn

Continentieverpleegkundige :
059/40 20 47
Di : 8u30-16u

Dienst Urologie
059/55 52 23
ma : 8u30-12u/14u-18u
di en do (niet tijdens zomermaanden) : 16u-19u
woe : 14u-18u
vrij : 8u30-12u



www.prostaatkliniekoostende.be

az sint-jan brugge - oostende av

Campus Henri Serruys • Kairostraat 84 • 8400 Oostende • t: 059 55 51 11 • f: 059 55 51 66 •
info.oostende@azsintjan.be • www.azsintjan.be