

Darmstoma verzorgen



Ouderinstructie
Het verzorgen van een darmstoma
bij je kind

Darmstoma verzorgen

Wat is Ouder- en Kind Educatie (OKE)?

Het programma Ouder- en Kind Educatie (OKE) heeft als doel ouders, jongeren en zorgprofessionals te ondersteunen in het (aan)leren van diverse verpleegtechnische handelingen. Het educatiemateriaal is ontwikkeld voor ouders/verzorgers én voor jongeren die zelfstandig een handeling willen kunnen uitvoeren. De inhoud is vastgesteld met medewerking van ouders en tieners, kinderverpleegkundigen, kinderartsen en medisch pedagogisch zorgverleners uit de academische kindercentra en (kinder)thuiszorgorganisaties.

Waarom deze ouderinstructie?

Je hebt samen met de arts en de verpleegkundige besloten om bij je kind zelf de darmstoma te verzorgen. Deze handeling gaan wij je leren. In deze ouderinstructie geven we je informatie over alles wat er komt kijken bij het verzorgen van een darmstoma. We leggen de handeling stap voor stap aan je uit. Na het lezen van deze ouderinstructie weet je hoe je de handeling moet uitvoeren. Wanneer we in de tekst spreken over je kind, bedoelen we daarmee ook het kind dat je verzorgt.

De handeling

Een darmstoma is een kunstmatige uitgang van de darm. Bij een darmstoma wordt een stukje van de darm op de buik naar buiten gebracht en op de huid vastgehecht. Op deze manier wordt een nieuwe uitgang voor de ontlasting gemaakt. Er zijn 2 soorten darmstoma: een dikke darmstoma (een andere naam hiervoor is colostoma) of een dunne darmstoma (een andere naam hiervoor is ileostoma). Een stoma kan tijdelijk of blijvend worden aangelegd. De ontlasting wordt opgevangen in een stomazakje. De ontlasting uit het ileostoma is meestal dunner dan de ontlasting uit een colostoma.

Er zijn veel soorten opvangmateriaal. De kinderstomaverpleegkundige zoekt samen met je naar het meest geschikte materiaal voor je kind. Er bestaat eendelig en tweedelig opvangmateriaal. Zowel eendelig als tweedelig opvangmateriaal kan voor een ileostoma en een colostoma worden gebruikt. Maar bij een colostoma wordt meestal een tweedelig systeem gebruikt.

Het verzorgen van een darmstoma wordt hieronder voor een eendelig systeem beschreven, specifieke aspecten bij een tweedelig systeem kan je vinden onder de aandachtspunten.



Welke spullen heb ik nodig?

- Beker met lauwwarm water
- Stoma opvangsysteem
- Twee bakjes of bekkentjes (1 voor het legen van het stomazakje, 1 voor vieze gazen), of een luier
- Afvalzak
- 10 tot 15 onsteriele non-woven gazen 10x10 cm
- Malletje, stoma-maatkaart
- Zo nodig een pen
- Schaar (liefst met gebogen punt)
- Handdoek
- Zo nodig huidverzorgende producten (altijd in overleg met kinderstomaverpleegkundige)

Hoe voer ik de handeling uit?

Vorbereiding

- Leg het materiaal dat je nodig hebt klaar op een schone plek, binnen handbereik.
- Knip de huidplaat op maat.
- Leg het eventueel gemaakte malletje op het afdekpapier van de huidplaat en teken deze af. Om te voorkomen dat je in het stomazakje knipt, trek je de voorkant en achterkant van het zakje van elkaar. Knip vervolgens de opening in de huidplaat op de juiste maat, zie ook aandachtspunten.
- Maak de knipranden glad door met je vinger over de uitgeknipte rand van de nieuwe huidplaat te wrijven.
- Een warme huidplaat plakt makkelijker. Je kan de huidplaat warm en zacht maken door deze op je huid of onder je kleding te leggen, of door deze onder de rug, bil of been van je kind te leggen.
- Was de handen met water en zeep en droog deze goed af. Gebruik géén handenalkohol, de huidplaat plakt dan niet meer als je deze daarna gaat opplakken.

Uitvoering

- Leg een handdoek onder je kind.
- Leeg zo nodig eerst het oude stomazakje in een bekkentje, bakje of luier.
- Verwijder de oude huidplaat met het stomazakje van de huid. Je doet dit door met de ene hand de huid boven de huidplaat strak te houden, terwijl je met de andere hand de huidplaat van boven naar beneden afrolt. Of je drukt de huid rustig weg van de huidplaat en rol met de andere hand de huidplaat van boven naar beneden af. Hiervoor kan je natte non-woven gazen gebruiken.
- Bekijk de binnenkant van de huidplaat; bij lekkage kan je zien aan welke kant het lekt.
- Gooi de oude huidplaat met het zakje weg in de afvalzak.
- Maak de stoma schoon met natte non-woven gazen.
- Maak daarna de huid rondom de stoma schoon met natte non-woven gazen.
- Controleer de huid en de stoma op roodheid, zwelling en irritatie.

- Hierna dep je de huid rondom de stoma droog met een non-woven gaas, vervolgens dek je de stoma af met een droog gaasje om mogelijke stomaproductie op te vangen.
- Controleer of de opening in de huidplaat groot genoeg is.
- Verwijder het papier of het folie van de nieuwe huidplaat.
- Verwijder het gaasje van de stoma.
- Vouw de huidplaat in de breedte dubbel met de plakkant naar buiten.
- Plaats de opening in de huidplaat langs de onderkant van de stoma. Houd de huid rondom de stoma strak. Vraag eventueel je kind de buik bol te maken. Klap de huidplaat over de stoma heen naar boven. Zorg dat de stoma in het midden van de opening van de huidplaat komt te liggen.
- Duw de huidplaat rustig aan, strijk de plakrand rondom glad en houd 1 minuut je hand op de huidplaat (of laat je kind dit zelf doen), zodat deze goed kan hechten.
- Controleer of de huidplaat stevig vast zit door even aan het zakje te trekken.
- Sluit zo nodig het zakje met de sluitclip of het klittenbandstrookje.

Afronding

- Vraag aan je kind hoe hij of zij het vond gaan. Zo geef je je kind de gelegenheid om zijn ervaring met je te delen en kan je eventueel je handeling een volgende keer aanpassen.
- Haal de handdoek onder je kind weg.
- Ruim het materiaal op.
- Was je handen met water en zeep en droog deze goed af.

Aandachtspunten

Houding van je kind

De beste houding voor je kind tijdens de handeling hangt af van de locatie van de stoma op de buik en de aanwezige plooien. Op bed liggen, staan of zitten zijn allen mogelijk.

De huidplaat mag elke keer op dezelfde plek worden geplakt.

Ruimte tussen de stoma en de huidplaat

Maak bij een ileostoma de ruimte tussen de stoma en de huidplaat 1 tot 2 mm groter dan de stoma.

Bij een colonstoma moet de doorsnede van opening in de huidplaat 1 tot 2 cm groter dan de stoma zijn (de stoma kan zo uitzetten bij dikkere ontlasting).

Zakje van tweedelig systeem

Bij het verschonen van tweedelig systeem klik of plak je het schone zakje op nieuwe huidplaat pas nadat de nieuwe huidplaat op de huid is geplakt.

Als je bij een tweedelig systeem alleen het zakje wil verschonen, verwijder dan eerst het volle zakje en maakt daarna zo nodig de binnenrand van huidplaat schoon met een nat non-woven gaas. Hierna kan je het nieuwe zakje op de huidplaat bevestigen.

Verwijderen van pleisterresten

Na het verwijderen van de oude huidplaat maak je de huid rondom de stoma schoon met lauwwarm water. Gebruik hiervoor geen alcohol, olie, Balneum of andere vette producten. Je mag eventueel wel pH neutrale zeep gebruiken, maar gebruik geen zeep op oliebasis. De zeep moet goed verwijderd worden met lauwwarm water, tot de huid weer stroef aanvoelt. Grote plakresten moeten voorzichtig worden verwijderd, kleine plakresten mag je laten zitten.

Hulpmiddelen

Gebruik huidverzorgende producten altijd in overleg met (kinderstoma)verpleegkundige.

Locatie zakje

Bij een zuigeling kan je het beste het stomazakje zo aanbrengen dat het met de opening naar de zijkant hangt. Zo kan je het zakje makkelijk legen.

Bij een kind in een rolstoel is het handig het stomazakje schuin te plakken, zodat je makkelijker bij de opening kunt om het stomazakje te legen.

Bij een kind dat kan lopen is het juist praktisch de opening naar beneden te laten hangen.

Sluiten opening van stomazakje aan de onderkant (indien aanwezig)

Bij een eendelig systeem sluit je de opening aan de onderkant van het stomazakje, nadat je de huidplaat op de huid hebt aangebracht. De huidplaat plaats je van onder naar boven op de huid om te voorkomen dat er lucht onder de huidplaat komt. Deze lucht geeft namelijk minder plakeffect en het stomazakje kan vacuüm worden getrokken aan de stoma.

Bij een tweedelig systeem plaats je de huidplaat zonder stomazakje op de huid. De huidplaat plaats je van onder naar boven op de huid om te voorkomen dat er lucht onder de huidplaat komt. Deze lucht geeft namelijk minder plakeffect. Na het plaatsen van de huidplaat klik of plak je het stomazakje op de ring van de huidplaat. Ook het stomazakje bevestig je van onder naar boven op de ring van de huidplaat. Het tweedelig systeem heeft over het algemeen een gesloten colonzakje, dus deze is dicht aan de onderkant.

Hygiëne en houdbaarheid

Als in de thuissituatie de handen worden gewassen met zeep, dan moet hierbij gebruik worden gemaakt van zeep in een pompje en papieren handdoekjes (tissues, keukenrol). Op een stuk zeep en in stoffen handdoeken verzamelen ziektekiemen zich snel, en zijn hiermee een grote infectiebron.

Bij het schoonmaken van de huid rondom de stoma werk je van binnen naar buiten. Je start bij de rand van de stoma en vervolgens maak je de huid in een steeds grotere cirkel om de stoma schoon. Als je hiermee klaar bent, dep je de huid droog.

Hoe vaak voer ik de handeling uit?

Een eendelig systeem moet minimaal 1 keer per dag worden vervangen. Indien het zakje voor 1/3 gevuld is, moet dit gelegegd worden (open systeem). Bij een eendelig systeem met een zakje dat niet gelegegd kan worden (gesloten systeem) moet het

gehele systeem vervangen worden als het zakje voor 1/3 is gevuld. Het is verstandig om ervoor te zorgen dat het zakje niet voller wordt om lekkage te voorkomen. Het zakje mag natuurlijk ook eerder worden geleegd afhankelijk van jouw wens of de wens van je kind.

Bij een tweedelig systeem mag de huidplaat 3 dagen blijven zitten. Als de huidplaat eerder loslaat moet deze eerder worden vervangen om lekkage te voorkomen. Het zakje van het tweedelig systeem moet vervangen (gesloten systeem) of geleegd worden (open systeem) worden als het voor 1/3 gevuld is. Dit mag ook eerder afhankelijk van jouw wens of de wens van je kind.

Op welk moment van de dag moet ik de handeling uitvoeren?

Het is verstandig een colostoma te verzorgen voor een maaltijd of minimaal 1 uur na een maaltijd. Het is verstandig een ileostoma voor het ontbijt te verzorgen. Er komt dan weinig ontlasting uit de darm.

Wat kan er misgaan, waaraan kan ik dit zien en wat moet ik dan doen?

- De huid kan na het verwijderen van de huidplaat rood zijn, maar dit trekt meestal snel weg. Let tijdens de verzorging op de kleur van de stoma, de stoma hoort rood te zijn (door goede doorbloeding). Als de stoma een andere kleur heeft, neemt dan contact op met de (kinderstoma)verpleegkundige.
- Het slijmvlies van de stoma kan makkelijk bloeden. Als dit gebeurt kan je kort een nat koud gaas op de stoma leggen. Als de stoma vaak bloedt of het bloeden is moeilijk te stoppen, neem dan contact op met de (kinderstoma)verpleegkundige.
- Als de kleur en/of hoeveelheid van de stomaproductie anders is dan je gewend bent, neem dan contact op met de (kinderstoma)verpleegkundige.

Hoe kan ik mijn kind helpen zich prettig te voelen tijdens de handeling?

Algemeen

Probeer het verzorgen van een stoma als een normale handeling te zien. Kinderen accepteren over het algemeen de verzorging van de stoma goed. Het is belangrijk de handeling in te passen in het dagelijks leven van je kind en er gewoon over te doen. Iedereen moet tenslotte een paar keer per dag naar het toilet.

Twee personen

Verzorg de stoma, als het kan, met twee personen. Een helpende hand kan in het begin nodig zijn. Ook kan de tweede persoon je kind ondersteunen of troosten. Bij sommige kinderen is het nodig dat zij geholpen worden met stil liggen tijdens de stomaverzorging. Het is per leeftijd afhankelijk welke manier het beste werkt. Je kan hierover advies krijgen van de (kinder)verpleegkundige tijdens de opname. Soms kan je kind ook zelf meehelpen.

Ruimte in huis

Kies een ruimte in huis waar de stoma wordt verzorgd. Verzorg de stoma het liefste elke dag op deze plek in het huis. Dan weet je kind waar het aan toe is.

Stem je tempo af

Als je te snel handelt kan dit onrust en stress veroorzaken, als het te langzaam gaat duurt de handeling onnodig lang. Kijk goed naar je kind en waar je kind behoefte aan heeft. Je kunt eventueel een pauze inlassen.

Tips voor afleiding of ontspanning

Het is belangrijk om af te stemmen op de behoeften van je kind. Sommige kinderen hebben controle nodig. In dat geval kunnen de volgende tips helpen:

- Laat je kind als dit mogelijk is kiezen waar de stoma wordt verzorgd.
- Laat je kind meehelpen, bij voorbeeld met het klaarzetten van de spullen
- Laat je kind zelf kiezen of hij/zij wil kijken naar bij voorbeeld te kijken naar het verwijderen van de huidplaat.

Voor andere kinderen werkt afleiding goed en kunnen de volgende tips helpen:

- Zoek lichamelijk contact, bijvoorbeeld door de hand vast te houden, met een vinger op de huid te tekenen, kriebelen, blazen op de huid.
- Doe een ademhalingsoefening: haal diep adem door de neus, tel tot drie en blaas dan weer uit door de mond.
- Bekijk samen een pop-up boek of prentenboek.
- Je kunt samen met je kind zingen, tellen, het alfabet op zeggen, muziek luisteren of een fantasieverhaal te maken.
- Bij een zuigeling kan een speentje of afleiding met speelgoed helpen.

Hoe blijft mijn kind vertrouwen hebben in mij als ouder?

Benoemen

Vertel aan je kind wat er gaat gebeuren en wat je gaat doen. Dit geeft veiligheid en vergroot de voorspelbaarheid. Praten op een lage toon kan een kind geruststellen en troost bieden.

Oogcontact en vriendelijke gezichtsuitdrukking

Probeer zoveel mogelijk een vriendelijke gezichtsuitdrukking te laten zien. Je kind heeft dit tijdens een moeilijk en spannend moment extra nodig.

Wie mag de handeling uitvoeren?

Volgens de wet is verzorgen van een darmstoma een risicovolle handeling die alleen uitgevoerd mag worden door iemand die hierin getraind is. Daarom krijg je hierover informatie via deze ouderinstructie en oefen je de handeling met de verpleegkundige. Je mag een darmstoma gaan verzorgen als je je zeker genoeg voelt om deze handeling uit te voeren en de verpleegkundige je deskundig genoeg vindt. Het getekende certificaat is hiervoor het bewijs.

Praktische tips voor thuis

Naar opvang/school

Je kind kan gewoon naar school en naar de opvang. Het kan zijn dat op school op bij de opvang de stoma moet worden verzorgd. Afspraken over wie dat op school of de opvang doet, zullen per kind verschillen. Het is verstandig om met de leerkracht en/of pedagogische medewerk(st)er te bespreken waar de grenzen en wensen van iedereen liggen. Het hangt van het kind af vanaf welke leeftijd ze de stomaverzorging zelf kan doen. Een eerste stap kan zijn dat je kind zelf het zakje leegt.

Het is praktisch om voldoende opvangmateriaal voor de stoma in de klas en/of bij de opvang op een vaste plaats te hebben liggen. Zorg ook voor een aparte afsluitbare afvalcontainer. Het is verstandig een schoon setje kleding te hebben liggen op school of bij de opvang, voor het geval de stoma een keertje lekt. Het houden van een spreekbeurt door je kind kan helpen de klasgenoten te informeren.

In bad/douchen/zwemmen/sporten?

Je kind kan met een stomazakje gewoon onder de douche en in het bad. Gebruik geen olie in het badwater. Na het bad en douchen moet je de huidplaat vervangen. Douchen of in het bad kan ook zonder opvangmateriaal. Je kind mag zwemmen, maar wel altijd met stomazakje dat afgeplakt is met een koolstoffilter. In de doos met stomazakjes zitten stickertjes, die je op het filter kan plakken, zodat dit droog blijft. Na het zwemmen moet je de huidplaat vervangen. Als het kan laat dan de huid na het zwemmen eerst een uur rusten en vervang na dit uur de huidplaat. Je mag pH neutrale zeep gebruiken maar geen zeep op oliebasis. De zeep moet goed verwijderd worden met lauwwarm water, tot de huid weer stroef aanvoelt. Neem altijd plastic zakjes mee waar je het gebruikte stomamateriaal in kan doen.

Hoe plan ik de handeling in het dag- en weekritme van het gezin?

Dit is afhankelijk van hoeveel keer per dag de stoma verzorgd moet worden. Stel het verwisselen van het opvangmateriaal niet uit. Wanneer je kind zweet, bijvoorbeeld bij warm weer of als de koorts heeft, kan de huidplaat eerder loslaten. Zorg ervoor dat er geen haast is en dat je de tijd kan nemen voor de verzorging.

De handeling uitvoeren op meerdere locaties

De handeling kan op elke plaats worden uitgevoerd. Zorg er altijd voor dat alle spullen aanwezig zijn. Ook nu is het belangrijk dat je kind weet wat er gaat gebeuren. Probeer ook op deze andere locaties steeds eenzelfde ruimte voor de stomaverzorging te gebruiken. Dit vergroot het gevoel van voorspelbaarheid, vertrouwen en veiligheid.

Welke ruimte in het huis is geschikt om handeling uit te voeren?

Zorg er voor dat er voldoende ruimte is om de stomaverzorging met twee personen uit te voeren. Voer de stomaverzorging steeds uit op dezelfde plek in het huis. Dan weet je kind waar het aan toe is.

Waar in het huis bewaar ik veilig de spullen?

Gebruik een vaste plek voor het bewaren van het materiaal en zorg ervoor dat kinderen hier niet bij kunnen komen.

Iets vergeten, wat moet ik dan doen?

Als je vergeten bent de opening in huidplaat op maat te knippen, leg dan een nieuw gaas op de stoma en knip alsnog een opening op maat. Zorg er eventueel voor dat er altijd een extra stomazakje op maat geknipt klaarligt.

Als je vergeten bent de huid rondom de stoma schoon te maken voordat je de nieuwe huidplaat plaatst, dan plakt de nieuwe huidplak meestal niet goed op de huid. Je moet dan eerst de nieuwe huidplaat weer verwijderen, daarna de huid rondom de stoma schoonmaken en een nieuwe huidplaat op de huid plakken.

Met wie kan ik contact opnemen als ik een vraag heb of ergens over twijfel?

Neem bij twijfels of vragen over de handeling altijd contact op met de arts of (kinderstoma)verpleegkundige. Maak bij ontslag uit het ziekenhuis of op de polikliniek afspraken met wie en hoe je contact op kan nemen.