



Zorgen voor
een kind
met een stoma





Het is geweldig om voor een baby of een jong kind te zorgen. Elke ouder zal het beamen: het is een ervaring die je leven verrijkt. Maar elke ouder vindt het ook een enorm spannende uitdaging. Iedereen wil dat zijn kind het beste krijgt en dat zijn kind in het leven een optimale start maakt, voordat het op eigen benen kan staan.



Die start is anders dan u had gehoopt, wanneer uw kind een stoma moet krijgen. Een teleurstelling waar u ongetwijfeld niet lang bij stil zult staan, aangezien uw kind úw speciale zorg en aandacht nodig heeft. Het is belangrijk dat u de medische situatie van uw kind begrijpt en leert hoe u met het stomaopvangsysteem kunt omgaan. En ondertussen wilt u ervoor zorgen dat het gewone leven in uw gezin kan doorgaan ...

Gelukkig staat u er niet alleen voor. Voor informatie en advies kunt u om te beginnen terecht bij de behandelend specialist. Bovendien zal de stomaverpleegkundige u met raad en daad terzijde staan. Hij of zij weet alles van stoma-verzorging en geeft praktische tips, waar u veel aan zult hebben.

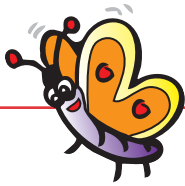
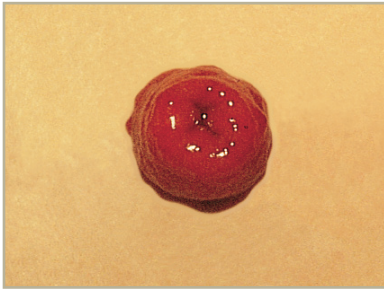
Ook bij Hollister kunt u hulp vinden. De mensen van ons professionele team hebben veel kennis van en ervaring met stomazorg. Vandaar ook dat we u dit boekje kunnen aanbieden, dat is bedoeld als handige vraagbaak. Alle informatie over stomazorg die voor ouders van belang kan zijn, hebben we hierin opgenomen. We hopen dat u er veel gemak en steun van zult hebben!



Zorgen voor een kind met een stoma

Inhoudsopgave	Paginanummer
● De stoma	2
● Typen stoma's	3
● Na de operatie	4
● Terug naar huis: voorbereiding	5
● Medicijnen	5
● Stomaopvangsystemen	6-7
● Het zakje leegmaken	8
● Verwisselen van het zakje en de huidplak	9
● Huidverzorging	10
● Vooruitdenken	11
● Activiteit: Baden, Zwemmen, Slapen Reizen, Kruipen en lopen	12
● Kleding	13
● Voeding en dieet	14
● Waar op te letten	15
● Veel gestelde vragen	16-17
● Notities	18-19

De stoma



Feit:

Een stoma is gewoonlijk rood. Het kan echter zijn dat u een kleurverandering opmerkt, wanneer uw kind huilt. Als uw kind stopt met huilen, moet de normale kleur weer terugkomen. Een tijdelijke kleurverandering heeft meestal niets te betekenen.

Voor het creëren van een stoma is een operatie nodig. De stoma is een opening, waarlangs de ontlasting (die in de darmen wordt gevormd) voortaan het lichaam kan verlaten.

De meeste **stomaoperaties** worden bij volwassenen uitgevoerd; ook bij kinderen is dit type operatie echter tamelijk gebruikelijk. Er zijn heel wat redenen die een stomaoperatie noodzakelijk kunnen maken bij een baby of kind. Vaak is het een levensreddende operatie.

Een stoma is rood, zoals de binnenkant van uw mond rood is. Een stoma hoort zacht en vochtig te zijn. Wrijven of aanraken van een stoma kan tot gevolg hebben dat de stoma lichtjes gaat bloeden. Dat is een normale reactie, want een stoma bevat heel veel bloedvaten. Het aanraken van een stoma is overigens niet pijnlijk, want in een stoma bevinden zich geen zenuwuiteinden.

De stoma van uw kind kan er anders uitzien dan de stoma's die u op foto's of van andere kinderen hebt gezien. Hieronder vindt u een overzicht van de eigenschappen die alle stoma's gemeen hebben, gevolgd door een opsomming van de punten waarop stoma's van elkaar kunnen verschillen.

Wat heeft elke stoma?

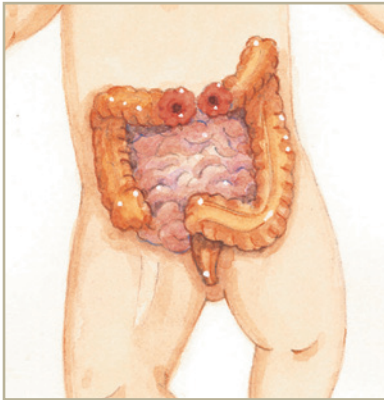
- Een rode kleur, ongeveer zoals de binnenkant van uw wang.
- Soms bloedt een stoma een beetje. Dit is normaal.
- Gewoonlijk is een stoma vochtig en zacht.
- Een stoma is niet gevoelig; aanraken doet geen pijn.

Hoe verschillen stoma's van elkaar?

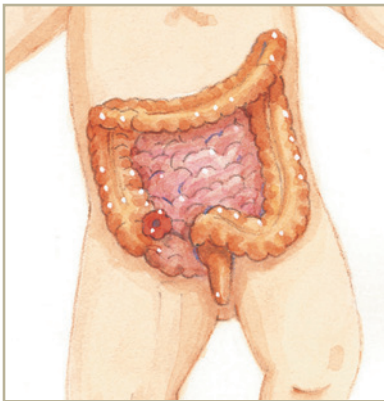
- Stoma's kunnen tijdelijk of permanent zijn.
- Sommige kinderen hebben meer dan één stoma.
- Stoma's kunnen op verschillende delen van het lichaam zijn aangebracht.
- Stoma's verschillen zowel in vorm als omvang.
- Stoma's kunnen uitsteken boven het gewone huidoppervlak, of juist in de huid verzonken liggen.
- Stoma's kunnen om verschillende medische redenen noodzakelijk zijn. De uitvloed kan verschillen.



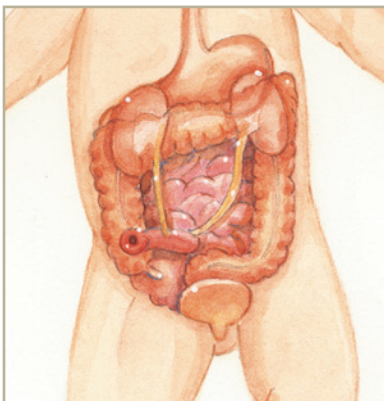
Typen stoma's



Een colostoma is een opening in de dikke darm.



Een ileostoma is een opening in de dunne darm.



Een urostoma is een opening in het urineafvoersysteem.

Welke soort stoma uw kind krijgt, hangt af van de reden voor de operatie. Bij een colostoma en een ileostoma wordt er een opening gemaakt in de ingewanden. Voor een urostoma wordt een opening gemaakt in het urinekanaal.

De **colostoma** komt bij baby's en jonge kinderen het meest voor. Er wordt een opening gemaakt in het colon of de dikke darm. In de dikke darm wordt water onttrokken aan onverteerd voedsel. De ontlasting wordt in de dikke darm opgeslagen, totdat die het lichaam verlaat. De ontlasting (stoelgang) komt uit de colostoma. De ontlasting kan vloeibaar, maar ook vast van vorm zijn. Gasvorming is daarbij normaal.

De **ileostoma** is een opening in het ileum, dat deel uitmaakt van de dunne darm. De dunne darm bevat digestieve enzymen die de spijsvertering bevorderen. Deze enzymen breken voedsel af, wat de vertering van voedsel en het absorberen van voedingsstoffen vergemakkelijkt.

Net als uit een colostoma komt uit een ileostoma ontlasting. Er zijn echter ook duidelijke verschillen tussen de ontlasting uit beide stoma's. De ontlasting uit de ileostoma is vloeibaar en bevat digestieve enzymen die de huid kunnen beschadigen.

Een **urostoma** is een opening in het urineafvoersysteem. Het urineafvoersysteem bestaat uit de nieren, de urineleiders, de blaas en de urethra (pisbuis). De nieren filteren de vochtinvoer en produceren urine. Vanuit de nieren loopt de urine naar de urineleiders en vervolgens verder naar beneden in de blaas. De urine blijft opgeslagen in de blaas, voordat die door het lichaam via de urostoma wordt uitgescheiden. De urine kan enige vorm van slijm bevatten.



Tip:

Als ouder is het belangrijk dat u weet wat voor een type stoma uw kind heeft. De verzorging die de stoma nodig heeft, verschilt per stomatype. Als u niet zeker weet wat voor een stoma uw kind heeft, vraagt het dan na bij de stomaverpleegkundige, de kinderverpleegkundige of de behandelend arts.

Na de operatie



Een stoma-maatkaartje helpt u om de huidplak op de juiste maat te knippen.

Als u uw kind direct na de operatie ziet, schrikt u misschien van alle buisjes, slangetjes en apparatuur. Maar het is goed dat u er bent, want uw aanwezigheid zal vast kalmerend werken. De medewerkers van het ziekenhuis staan klaar om u te helpen. Roep hun hulp in en stel vragen als u iets niet begrijpt.

Waarschijnlijk is de dokter of verpleegkundige erbij als u de stoma voor het eerst te zien krijgt. Bedenk dat de stoma niet gevoelig is. Het kan zijn dat zich rond de stoma nog hechtingen bevinden. Deze zullen vanzelf oplossen. Misschien vraagt u zich af of de wond geïnfecteerd kan raken. Het is mogelijk, maar het gebeurt in de praktijk zelden.

Uw kind kan de uitvloed uit de stoma op geen enkele manier beheersen. Het is mogelijk dat er aanvankelijk geen zakje over de stoma is aangebracht. Wanneer de stoma gaat werken, is afhankelijk van de indicatie en het stomatype: de stoma kan direct werken, maar het kan soms ook enige dagen duren. Uiteindelijk is een stomazakje nodig voor het opvangen van de ontlasting of urine en om de huid van uw kind te beschermen.

Direct na de operatie kan de stoma gezwollen zijn. Het is normaal dat de stoma nog wat kleiner wordt. Het krimpen van de stoma kan doorgaan tot acht weken na de operatie. Daarna kan de stoma met uw kind meegroeien, zeker als de stoma langere tijd nodig is of permanent is. Veranderingen in de stoma zijn dus normaal. Daarom is het belangrijk om van tijd tot tijd de stoma opnieuw te meten, zodat u er zeker van kunt zijn dat u de huidplak in de juiste maat knipt. In elke doos met Hollister-opvangproducten vindt u een stoma-maatkaartje.



Tip:

Er is veel wat u moet onthouden! Daarom kan het handig zijn om een dagboek bij te houden. Hierin kunt u vragen noteren die u wilt stellen, en aantekenen welke informatie u hebt gekregen. Belangrijke telefoonnummers kunt u hier ook in kwijt.

Terug naar huis: voorbereiding



Natuurlijk is het geweldig dat uw kind (weer) thuiskomt, maar u ziet er misschien ook wel wat tegenop. U zult nu immers dag in, dag uit de stoma van uw kind gaan verzorgen. Onderstaande tips kunnen u helpen om gemakkelijker te wennen aan de nieuwe situatie.

- Zorg dat u al meerdere malen hebt toegekeken terwijl de verpleegkundige het stomazakje verwisselde. Vraag in het ziekenhuis of u het ook een keer zelf mag doen. Oefen het leegmaken van het zakje in het bijzijn van de verpleegkundige. U zult zien dat u er snel handiger in wordt en meer zelfvertrouwen krijgt.
- Maak een lijstje van alle belangrijke telefoonnummers. Op dat lijstje horen in ieder geval thuis: de stomaverpleegkundige, de behandelend arts, het bedrijf dat u van stomaopvangmaterialen voorziet, en uw ziektekostenverzekeraar.
- Zorg dat u precies weet wat er in de komende tijd allemaal moet gebeuren, onder meer ten aanzien van controlebezoeken, medicijnen en wondverzorging.

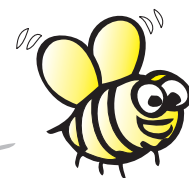
Medicijnen



Zorg ervoor dat u precies weet welke medicijnen uw kind moet krijgen, voordat het het ziekenhuis mag verlaten. U moet weten waar ze voor dienen en hoe vaak ze gebruikt moeten worden. Geef uw kind alleen medicijnen die door de behandelend arts zijn voorgeschreven.

Wanneer uw kind een nieuw medicijn gaat gebruiken, kan er een verandering in de stoma-uitstroom optreden. Vertel de apotheker dat uw kind een stoma heeft, wanneer u een recept ophaalt. Vertel erbij wat voor een soort stoma het is. Het kan zijn dat de apotheker een vloeibare vorm van medicatie aanbeveelt, die de opname van het medicijn door het lichaam bevordert.

Raadpleeg eerst uw arts als u overweegt om huismiddeltjes of vrij verkrijgbare geneesmiddelen te gebruiken. Als uw kind diverse medicijnen gebruikt, is het handig om die mee te nemen als u voor controleafspraken het ziekenhuis bezoekt.



Stomaopvangsystemen



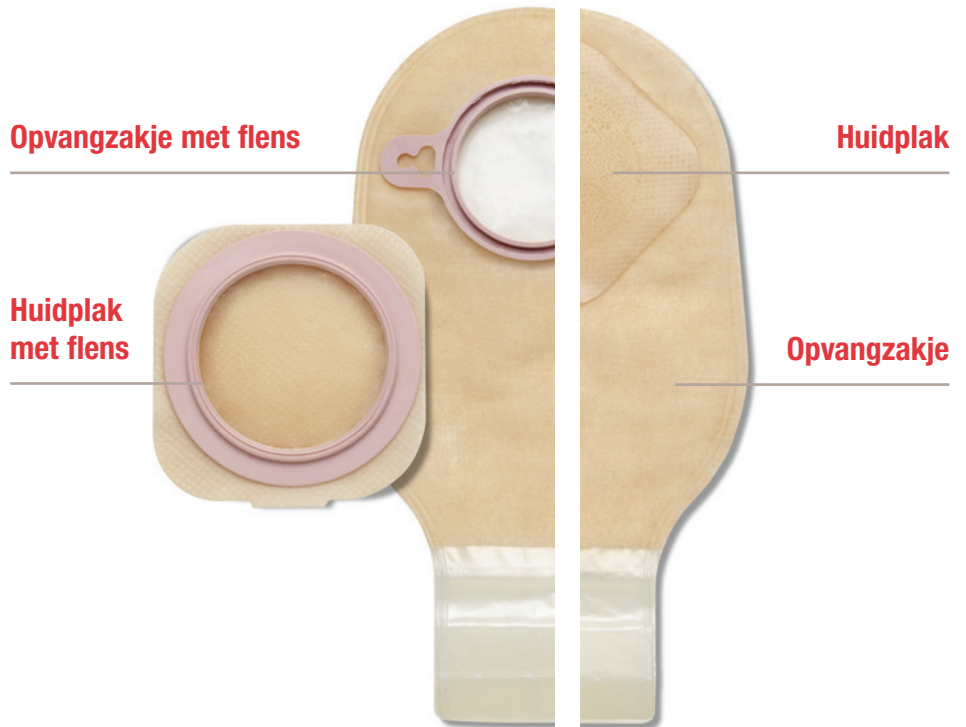
Hoe werkt een stomaopvangsysteem? Welke onderdelen spelen daarbij een rol? Dat leest u op de volgende pagina's.

De **huidplak** is het wasachtige deel dat zich hecht aan de huid en dat precies rondom de stoma past. De huidplak beschermt de huid tegen contact met ontlasting, urine of enzymen. Het is geen tape, maar zorgt ervoor, net als tape zou doen, dat het opvangsysteem op zijn plaats blijft.

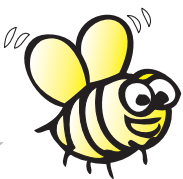
Het **opvangzakje** is de plastic zak waarin de stoma-uitstroom wordt opgevangen. Het is gemaakt van materiaal dat speciaal is ontworpen voor het tegenhouden van geur.

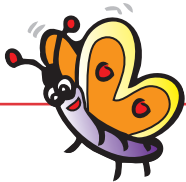
Accessoires zijn aanvullende items die elk een specifieke functie hebben. Gebruik accessoires alleen als die voor uw kind echt nodig zijn. Voorbeelden van accessoires zijn huidplakringen, pasta, geurfilters en stomagordels.

Tweedelig systeem Eéndelig systeem



Stomaopvangsystemen bieden verschillende mogelijkheden. Ze worden hieronder besproken, zodat u voor uw kind de beste opties kunt kiezen. Dit boekje besluit met beschrijvingen en illustraties van verschillende opvangsystemen.





Feit:

Wanneer u de huidplak verwijderd, zult u een lichtroze kleur zien op het stuk huid waar de kleefstof bevond. Dit is slechts tijdelijk; de verkleuring trekt vanzelf weg.



Leegbare opvangsystemen maken het mogelijk om gasophoping en ontlasting te verwijderen.



Urostomaopvangsystemen hebben onderaan een aftapkraantje voor het verwijderen van vocht of urine.

Huidplak

De opening in de huidplak moet dezelfde maat hebben als de stoma. Als u **een zelf te knippen** huidplak neemt, kunt u de opening op maat maken, zodat de huid voldoende wordt bedekt en beschermd.

De huidplak zorgt er ook voor dat het opvangsysteem op de huid blijft zitten. De huidplak houdt het zakje op zijn plaats, maar is niet moeilijk te verwijderen. De Hollister stomaopvangproducten voor kinderen hebben de zachte SoftFlex huidplak.

Zakje

Afhankelijk van het stomatype kiest u het stomazakje. Als uw kind een colostoma of ileostoma heeft, dan gebruikt u een zakje dat u aan de onderkant kunt openen en vervolgens legen. Voor urine of heel vloeibare ontlasting kunt u het beste een **urostomiezakje** gebruiken. Dit zakje heeft aan het einde een aftapkraantje dat u kunt openen om het zakje te legen.

Er zijn ook **gesloten zakjes**; deze zijn niet te openen aan de onderkant. Gesloten zakjes zijn praktisch als er weinig stoma-output is, bijvoorbeeld bij vroeggeborenen, of voor speciale toepassingen, bijvoorbeeld als jonge kinderen gaan zwemmen.

Zuigelingen hebben de neiging om alles in hun mond te stoppen en erop te zuigen. Baby's die huilen of zuigen slikken lucht in, die vervolgens in het zakje terecht komt. Door een teveel aan lucht in het zakje kan de sluiting worden verbroken. Sommige zakjes bevatten een **filter** dat de lucht uit het zakje laat ontsnappen zonder dat daarbij geurtjes vrijkomen. Dit filter wordt gewoonlijk gebruikt voor colo- en ileostoma's, maar nooit voor urostoma's.

Er zijn zakjes naar verschillende ontwerpen. In een **eendelig systeem** is de huidplak al bevestigd aan het zakje. Een eendelig systeem is erg flexibel en gemakkelijk te gebruiken.

Bij een **tweedelig systeem** zijn de huidplak en het zakje twee afzonderlijke delen. U verbindt ze met elkaar door middel van een flens (het onderdeel dat er als een plastic ring uit ziet) of maakt ze aan elkaar vast met een kleefstof. Het kinderstomaopvangsysteem van Hollister heeft een **zwevende flens**. Als u uw vingertoppen onder deze flens brengt, geeft dat de nodige steun terwijl u het zakje aan de huidplak bevestigt. Het zakje is gemakkelijk los te maken wanneer het geleegd of verwisseld moet worden of wanneer u luchtophoping eruit wilt laten.



Tip:

Uw kind verandert en wordt steeds actiever. Het stomaopvangsysteem dat voor uw kind het beste is, kan daarmee ook veranderen. Naarmate kinderen groeien, kunnen ze een groter zakje of accessoires nodig hebben. De stomaverpleegkundige kan u helpen om te bepalen wanneer veranderingen in het stomaopvangsysteem nodig zijn en om welke veranderingen het gaat.

Het zakje leegmaken



Eén van de belangrijkste vaardigheden bij stomaverzorging is het legen van het zakje. Het is niet veel anders dan het verwisselen van een luier. U hoeft er geen handschoenen bij aan te trekken, al zult u in het ziekenhuis verpleegkundigen zien die dat wel doen.

- Maak het zakje leeg, zodra het voor 1/3 tot 1/2 gevuld is met gasophoping, ontlasting of urine. Als het zakje te vol wordt, gaat het lekken of zal het sneller slijten. Het is raadzaam om het zakje altijd te legen voordat uw kind een dutje gaat doen of 's avond gaat slapen en voordat het op een autorit meegaat. Na het zakje te hebben gelegeerd, kunt u de onderkant gemakkelijk schoonvegen met een tissue of een babydoekje.
- Gebruikt u wegwerpluiers en verwisselt u de luier, dan kunt u de inhoud van het zakje in de luier doen. Een enkele keer kan de stomaverpleegkundige u vragen om de ontlasting of urine te meten.
- Bij een tweedelig opvangsysteem kan het handig zijn om eerst het zakje los te koppelen, voordat u het leegmaakt. Haal het volle zakje eraf en bevestig een leeg zakje.
- Bij zuigelingen is het soms gemakkelijker om het zakje naar de zijkant te bevestigen wanneer u het aanbrengt.
- Als uw kind ouder is en al loopt, dan is recht op en neer bevestigen beter voor het vullen van het zakje.
- Een kleuter kan misschien al op het toilet zitten wanneer u zijn zakje leegmaakt. Met een potje kunt u ervoor zorgen dat uw kind zich op zijn gemak voelt. Door wat toiletpapier in het toilet te leggen, voorkomt u dat het water gaat spetteren wanneer u de inhoud van het zakje verwijderd.
- Zolang uw kind het zakje draagt, hoeft u de binnenkant van het zakje niet schoon te maken. Het is niet zo'n goed idee om het zakje te vullen met water en om te spoelen. De sluiting van de huidplak kan daardoor zwakker worden, wat maakt dat de huidplak minder lang gedragen kan worden. Als de ontlasting moeilijk uit het zakje te verwijderen is, dan kunt u overwegen om Adapt geurneutraliserende gel te gebruiken. Met dit product maakt u de binnenkant van het zakje glibberig, zodat u de inhoud gemakkelijker kunt verwijderen. Een ander voordeel van dit product is dat het geur elimineert. Gebruik echter geen alternatieven, zoals bakolie, babyolie of zeep, aangezien deze de sluiting van het zakje kunnen verzwakken.



Was altijd uw handen na het legen of verwisselen van een stomazakje.



Tip:

Als de ontlasting van uw kind vloeibaar is, dan kunt u een paar katoenen wattenbollen of gaasjes in een afwasbaar zakje doen, zodat ze een deel van de vloeistof kunnen absorberen.

Verwisselen van het zakje en de huidplak



Tip:

Vervangt u het stomazakje bij uw kind gewoonlijk vaker dan één keer per dag? Vertel dit dan aan uw stomaverpleegkundige.

Bewaar de stomaopvangproducten op een koele, droge plaats. Stel ze niet bloot aan flinke temperatuurschommelingen. Leg ze zeker niet in de zon en laat ze op een warme dag ook niet in uw auto liggen.

Hoe vaak moet u een opvangsysteem verwisselen? Dat hangt af van de tijd waarin de huidplak in contact is met de huid van uw kind. Als het opvangsysteem gaat lekken of loskomt, is het in ieder geval tijd om het te verwisselen. Het zakje moet ook vervangen worden, wanneer uw kind klaagt over een branderige huid, jeuk of wanneer het alsmaar aan het zakje trekt. Als uw kind zich zonder enige aanwijsbare reden niet happy voelt, dan kunt u het zakje ook beter vervangen.

- De normale draagtijd van een zakje bij een baby kan variëren van één tot twee dagen. Soms kunnen kleine kinderen een zakje wel drie dagen dragen. Het is mooi als de draagtijd voorspelbaar is of lijkt, maar u zult toch steeds flexibel moeten zijn! Allerlei factoren kunnen de draagtijd beïnvloeden, zoals de hoeveelheid uitstroom van de stoma en de activiteit van uw kind.
- Bij het verwijderen van de huidplak moet u de huid zachtjes wegduwen van de kleefstof. Dat kan op verschillende manieren: met uw vinger, een vochtig doekje of een papieren handdoek. Houd een tissue of zachte papieren handdoek bij de hand, voor het geval er ontlasting komt, nadat u het zakje hebt losgemaakt.
- Breng de huidplak altijd aan op een schone, droge huid. De kleefstof zal niet hechten op een natte huid. Nadat u de huidplak en het zakje hebt aangebracht, plaatst u uw hand tegen de huidplak. Druk nu zachtjes tegen de huid, totdat de hele plak goed vastzit. De warmte en de zachte druk van uw hand activeren de kleefstof.
- In het begin zal uw kind het verwisselen van het zakje niet prettig vinden. Waarschijnlijk zult u zich er eerst ook wat onhandig bij voelen. Maar u zult het zien: hoe vaker u het doet, hoe makkelijker het wordt.

Zakje aanbrengen

Lees aandachtig de gebruiksaanwijzing die bij het opvangsysteem hoort. Zo zal u duidelijk worden hoe opvangsystemen werken. Uiteraard zal uw stomaverpleegkundige u ook helpen.



Huidverzorging



De huid rond de stoma is hetzelfde als de andere huid van het lichaam van uw kind. De huid rond de stoma is dus niet meer of minder gevoelig. In de stoma zelf heeft uw kind geen gevoel; in de huid daaromheen echter wel.

Eén van de belangrijkste doelen van de huidverzorging is het gezond houden van de huid. Als de huid niet gezond blijft, dan zal het opvangsysteem eerder gaan lekken. Voor het schoonmaken van de huid rond de stoma hebt u aan water genoeg. U kunt ook een milde zeep gebruiken, als deze maar geen laagje of ander residu achterlaat op de huid. Na reiniging met de zeep dient u de huid met water af te spoelen. Er mogen geen zeepresten achterblijven! Zeep en water beschadigen de stoma niet.

Gebruik géén babydoekjes, oliën, poeders, zalfjes of lotions op de huid rond de stoma! Deze producten bevatten namelijk ingrediënten die verhinderen dat het opvangsysteem zich hecht.

Bij een vroeggeborene heeft de huid zich nog niet volledig kunnen ontwikkelen. Extra voorzichtigheid bij het gebruik van huidproducten is daarom geboden! Zachte producten, zoals SoftFlex huidplakken van Hollister, zijn speciaal ontworpen om het trekken van de huid te voorkomen. Omdat de onvolgroeide huid gemakkelijk stoffen kan absorberen, is het zaak om alleen producten te gebruiken die door uw stomaverpleegkundige worden aanbevolen.

Huidirritatie kan heel onprettig zijn voor uw kind. Probeer daarom huidirritatie te voorkomen en wees attent op verdachte signalen. Huiddelen die open blijven, aanhoudende roodheid of rode bulten zijn geen normale verschijnselen! Het is belangrijk dat de oorzaak van deze verschijnselen wordt achterhaald en dat de huid de juiste behandeling krijgt. Vraag daarom altijd advies aan uw stomaverpleegkundige.

Vooruitdenken



Kinderen doen onverwachte dingen, maar door vooruit te denken kunt u er altijd op voorbereid zijn. Er zijn verschillende manieren waarop u het verwisselen van het stomazakje stressvrij kunt maken. Hieronder vindt u een aantal praktische tips.

- Probeer het zakje te verwisselen op een moment dat de stoma minder actief is. De activiteit is afhankelijk van de tijdstippen waarop uw kind eet. Meteen na het opstaan of twee uur na het eten zijn bijvoorbeeld goede momenten.
- Het is handig om te weten welk leefritme uw kind heeft. Is er een vast moment op de dag waarop uw kind gewoonlijk rustig is? Dan is dat een prima moment om het stomazakje te verwisselen. 's Morgens, of direct na het baden 's avonds, kunnen in uw gezin heel geschikte momenten zijn.
- Moet het stomazakje worden verwisseld, maar is uw baby erg van streek en is hij of zij aan het huilen? Wacht dan gewoon even! Houd uw baby vast totdat hij of zij gekalmeerd is. Uw kind én u zullen zich veel beter voelen, zodat het verwisselen van het zakje veel soepeler zal verlopen!
- Een stuk speelgoed of een mobile kan handig zijn om een beweeglijk kind even bezig te houden, terwijl het zakje wordt verwisseld.

Zorg dat u alle materialen bij de hand hebt, voordat u het zakje gaat verwisselen.

- In het begin kan het handig zijn als er iemand bij is, die u direct kan helpen als dat nodig mocht zijn. Uw partner of een ander familielid bijvoorbeeld.
- Een ouder broertje of zusje kan de baby of peuter even afleiden terwijl u het zakje verwisselt. Bovendien kan hij of zij de benodigde materialen gereedhouden en aanreiken.
- Bewaar opvangmaterialen niet alleen thuis, maar ook buitenshuis, bijvoorbeeld in het kinderdagverblijf en bij de grootouders.

Checklijst

- ☒ Huidplakken
- ☒ Opvangzakjes
- ☒ Stoma schaartje
- ☒ Sluitklemmen
- ☒ Weggooizakjes
- ☒ Watervaste stift om stomamal te maken
- ☐ Andere:

Activiteit



Beweging is goed voor elk kind. Laat uw kind dus gewoon lekker spelen en sporten. Direct na de operatie is extra voorzichtigheid wél nodig; vraag de behandelend arts of er in die eerste periode beperkingen zijn ten aanzien van tillen en/of andere bewegingen.



Tip:

Als u op reis bent, is het handig om vochtige papieren handdoekjes bij u te hebben. Het kan altijd gebeuren dat u even de stoma schoon moet maken. Gebruik geen babydoekjes, aangezien die een laagje op de huid rond de stoma kunnen achterlaten, waardoor de sluiting wordt bemoeilijkt.

Baby's en peuters hebben een druk leven en zijn altijd bezig, zoals u weet. De stoma zal hun bewegingsvrijheid over het algemeen niet belemmeren. Het is echter goed om rekening te houden met de volgende zaken.

Baden

U kunt uw kind in bad doen, zoals u wilt: met of zonder het stomazakje. Water zal niet via de stoma naar binnenstromen en is ook niet schadelijk voor de stoma. Heeft uw kind een urostoma, overleg dan wel met de behandelend arts of er water over de stoma mag lopen. Als u besluit om uw kind zonder stomazakje te laten baden, kan het natuurlijk gebeuren dat er stoma-uitstroom in het badwater terechtkomt. Gebruik geen lotions of olieachtige, vette zepen op de huid rond de stoma; ze kunnen namelijk de hechting van de huidplak nadelig beïnvloeden. Als uw kind een stomazakje draagt, droog dit dan naderhand goed af en check de sluiting voor alle zekerheid.

Zwemmen

Als uw kind gewoon in bad mag gaan, mag het natuurlijk ook zwemmen. Zwemmen is geen enkel probleem met een stoma. Wel is het raadzaam dat uw kind een stomazakje draagt. Met een groter badpak of een T-shirt kan het zakje bedekt blijven. Voor extra zekerheid kunt u een stomagordel of waterproof tape aanbrengen op de rand van de huidplak. De waterproof tape kan huidirritatie veroorzaken; u doet er dus goed aan om 'm direct na het zwemmen te verwijderen.

Slapen

Het is een goed idee om het stomazakje leeg te maken voordat uw kind aan een middagdutje of de nachtrust begint. Op de buik slapen schaadt de stoma niet; het is echter voor zuigelingen – of ze nu een stoma hebben of niet – beter om op de rug te slapen.

Reizen

Gaat u vliegen met uw kind? Zorg dan dat u de opvangmaterialen in uw handbagage hebt. In een auto moet het kind een gewone zitplaats hebben. Plaats de veiligheidsriem niet over de stoma!

Kruipen en lopen

Elke kind heeft een eigen tempo van groeien en lichamelijke ontwikkeling; kinderen kunnen wat dat betreft sterk van elkaar verschillen. Eén ding is zeker: de stoma zal uw kind niet hinderen in de ontwikkeling. Uw kind leert vanzelf kruipen en lopen en zal steeds meer ondernemen. Naarmate uw kind actiever wordt, zal er meer druk op het opvangsysteem worden uitgeoefend. Misschien dat het nodig is om iets andere opvangmaterialen te gebruiken. Voor de rest: laat uw kind vooral nieuwsgierig en actief zijn!

Kleding



Uw kind heeft geen speciale kleding nodig vanwege de stoma. Wilt u het leven van uw kind én uzelf echter zo gemakkelijk mogelijk maken, let dan zeker op de volgende punten.

- Kies geen kleding waarvan de band of de gordel tegen de stoma schuurt. Ook kleding die zó strak zit dat het zakje zich niet kan vullen, is géén goed idee. Eéndelige outfits werken meestal beter. Sommige tweedelige outfits kunnen naar beneden glijden en het stomazakje los trekken voordat u ermee klaar bent. Van de andere kant is het legen van het zakje met een tweedelige outfit een stuk gemakkelijker.
- Bij luiers hebt u verschillende opties. Sommige ouders vinden het het handigst om het zakje aan de buitenkant van de luier te bevestigen, terwijl andere ouders het zakje juist liever in de luier houden. Probeer gewoon uit welke methode voor u en uw kind het beste werkt.
- Als uw kind steeds actiever wordt, kan het gebeuren dat het kind het stomazakje lostrekt en/of dat er meer druk op de sluiting van het stomazakje wordt uitgeoefend. Eéndelige kleding met een sluiting bij het kruis kan dan handig zijn: het stomazakje wordt beter tegen het lichaam gehouden en nieuwsgierige vingertjes kunnen er niet bij.



Voeding en dieet



Veel ouders vragen zich af of hun kind een dieet zal krijgen. Als een dieet wordt voorgeschreven, zal dat meestal niet zijn vanwege de stoma maar vanwege andere medische redenen. Dat neemt niet weg dat een uitgebalanceerde voeding voor iedereen gezond is, dus zeker ook voor uw kind. Onderstaande richtlijnen kunnen u helpen om verantwoorde keuzes te maken.

- Borstvoeding biedt kind en moeder vele voordelen. U bepaalt zelf of u borstvoeding wilt geven. Als uw baby nog op de intensive care ligt, kunt u een borstpomp gebruiken en de melk bewaren totdat u uw kind kunt voeden.
- Als de behandelend arts het goed vindt of aanbeveelt, kunt u uw kind nieuwe voedingsmiddelen geven. Telkens wanneer uw kind iets nieuws te eten krijgt, kan dat leiden tot kleurveranderingen in de ontlasting of meer gasvorming veroorzaken. Dit is normaal. Observeer hoe u uw kind reageert op nieuwe gerechten. Als er problemen met de ontlasting ontstaan, raadpleeg dan de behandelend arts.
- Gasvorming is een normaal verschijnsel, zeker bij een colostoma. Gasvorming in het stomazakje kan ontstaan, doordat uw baby bij het zuigen te veel lucht heeft ingeslikt. Bij oudere kinderen zal gasvorming vooral het gevolg zijn van voedsel, koolzuurhoudende dranken, drinken met een rietje of kauwgum. De stomaverpleegkundige kan u tips aan de hand doen, waarmee gasvorming kan worden voorkomen.
- Heeft uw kind een ileostoma, dan moet u extra letten op de voeding. Er zijn bijvoorbeeld voedingsmiddelen die niet goed verteren en daardoor de ileostoma niet kunnen passeren. De stomaverpleegkundige of de diëtiste van het ziekenhuis kan u vertellen welke voedingsmiddelen niet geschikt zijn. Zij kunnen adviseren om bepaalde voedingsmiddelen slechts beperkt of helemaal niet te geven. Voor oudere kinderen kan het advies weer iets anders zijn; als zij hun voedsel heel goed kauwen, kan het zijn dat ze bepaalde gerechten weer wél mogen eten.
- Als er gedurende langere tijd helemaal niets uit de stoma komt of als uw kind last heeft van krampen, diarree of zwelling van buik en/of stoma, neem dan contact op met de behandelend arts.
- Elk kind moet voldoende drinken. Zuigelingen en kinderen met een ileostoma kunnen snel uitgedroogd raken. Hoe u dat kunt voorkomen, leest u op de volgende pagina.

Waar moet u op letten

Voordat uw kind uit het ziekenhuis wordt ontslagen, hebt u nog een gesprek met de behandelend arts en/of de stomaverpleegkundige. Het is belangrijk dat u precies weet waar u op moet letten bij uw kind en bij welke veranderingen of situaties u contact moet opnemen met de stomaverpleegkundige en/of de behandelend arts. Vraag ernaar in het ontslaggesprek en noteer wat u moet weten, bijvoorbeeld in uw dagboek of in dit boekje.

Neem altijd het zekere voor het onzekere; u kent uw kind immers het beste. Vraag om medische hulp als u de situatie niet vertrouwt.

Waar moet u op letten?

Omdat uw kind een stoma heeft, zijn er situaties waar u op bedacht moet zijn. Als één van de onderstaande situaties zich voordoet, meld dat dan bij de behandelend arts.

Huidirritatie

De huid rond de stoma kan geïrriteerd raken. Als de problemen niet zo ernstig zijn, kan de situatie snel verbeteren. Wanneer de huid echter open raakt en vochtig wordt, dan kan dat de hechting van de huidplak verminderen. Huidirritatie kan verergeren wanneer de opvangzakjes (te) vaak (twee of meer keer per dag) verwisseld worden. Vraag uw stomaverpleegkundige om hulp.

Verzakte stoma

Een stoma kan veranderen. Als een stoma groter of langer wordt, dan kan verzakking optreden. Het is belangrijk om dit te melden bij de behandelend arts en/of de stomaverpleegkundige.

Teruggetrokken stoma

Een stoma die onder het gewone huidniveau zakt, kan zich terugtrekken. Dat kan bijvoorbeeld gebeuren wanneer de zwelling minder wordt of wanneer uw kind zwaarder wordt. Dit zijn allebei normale verschijnselen. Bij een teruggetrokken stoma zullen opvangmaterialen minder lang meegaan.

Uitdroging

Als een kind diarree krijgt en daarnaast moet braken, kan dat uitdroging tot gevolg hebben. Uitdroging zal optreden wanneer het kind te veel vocht verliest en dat vochtverlies niet met drinken kan compenseren. Uitdroging kunt u herkennen aan symptomen als lusteloosheid, minder urine en/of donkere urine, een droge mond, holle ogen en geen tranen. Baby's en kinderen met een ileostoma kunnen heel snel uitgedroogd raken. Om de symptomen te kunnen herkennen, is het belangrijk dat u weet wat voor uw kind de normale stoma-uitstroom is, hoe vast de ontlasting gewoonlijk is en hoe u onder gewone omstandigheden het stomazakje verwisselt. Gebruik geen vrij verkrijgbare geneesmiddelen om diarree of braken te bestrijden zonder eerst de behandelend arts geraadpleegd te hebben. Bel de behandelend arts meteen als de stoma-uitstroom toeneemt en u uitdrogingsverschijnselen ziet. Is de arts niet bereikbaar, ga dan met uw kind naar de Eerste Hulp!

Bloeden

De stoma kan af en toe bloeden; dit is normaal. Maar als het bloeden niet stopt, moet u meteen uw arts bellen!



Veel gestelde vragen

Kan ik mijn baby in bad doen?

Ja. U kunt de baby baden met of zonder stomazakje. Water zal niet via de stoma naar binnen stromen. Heeft uw kind een urostoma, overleg dan wel met de behandelend arts of er water over de stoma mag lopen. Als u besluit om uw kind zonder stomazakje te laten baden, kan het natuurlijk gebeuren dat er ontlasting of urine in het badwater terechtkomt. Gebruik na het baden geen lotions of olieachtige, vette zepen op de huid rond de stoma; ze kunnen namelijk de hechting van de huidplak nadelig beïnvloeden.

Waarmee kan ik de huid en de stoma schoonmaken?

De huid kunt u voorzichtig schoonmaken met zacht materiaal, zoals een katoenen gaasje, een washandje of een papieren handdoek die met water bevochtigd is. Het materiaal hoeft niet steriel te zijn. Als u zeep gebruikt, zorg ervoor dat u daarna de huid helemaal reinigt; er mogen geen zeepresten achterblijven. Het gebruik van babydoekjes wordt afgeraden. De meeste babydoekjes maken de huid te vet, wat tot gevolg heeft dat de huidplak minder goed op zijn plaats blijft.

Kan ik met mijn kind gaan zwemmen?

Ja. Het is raadzaam om uw kind een stomazakje te laten dragen. Het zakje kunt u bedekken met een ruimer badpak of met een T-shirt.

Mijn kind is al wat ouder. Mag het nu op de buik slapen?

Als dat de favoriete slaaphouding is van uw kind en uw behandelend arts er geen bezwaar tegen heeft, kan dat gerust. Slapen op de buik schaadt de stoma in ieder geval niet. Leeg het stomazakje voordat uw kind een dutje gaat doen of 's avond naar bed gaat.

Moet mijn baby een speciaal dieet volgen?

Uw baby kan een dieet voorgeschreven krijgen; niet vanwege de stoma, maar wel vanwege andere medische redenen. Op aanbeveling van de behandelend arts kan het dieet van uw baby worden uitgebreid met nieuwe voedingsmiddelen en gerechten. Telkens wanneer uw kind iets nieuws te eten krijgt, kan dat leiden tot kleurveranderingen in de ontlasting of meer gasvorming veroorzaken. Dit is normaal. Observeer hoe u uw kind reageert op nieuwe gerechten. Als er problemen met de ontlasting ontstaan, raadpleeg dan de behandelend arts.

Kan ik mijn baby borstvoeding geven?

Ja. Borstvoeding biedt moeder en kind vele voordelen. Aan u de keus ...

Moet ik voor mijn baby speciale kleding aanschaffen?

Speciale kleding is niet nodig, als u er maar voor zorgt dat de band of gordel niet tegen de stoma schuurt. Sommige tweedelige outfits kunnen naar beneden glijden en het stomazakje los trekken, maar ze maken het legen van het zakje wel gemakkelijker.

Wat doe ik als ik een geurtje ruik?

Als het zakje veilig is bevestigd, mag er geen geur vrijkomen. Wanneer u toch iets ruikt, betekent dit meestal dat er een lek is in het opvangsysteem of dat de tuit van het stomazakje niet schoon is. Bij het schoonmaken of verwisselen van het stomazakje kunt u gebruikmaken van speciale producten om de geur te verwijderen, zoals Adapt geurneutraliserende gel.

Kan ik mijn baby medicijnen geven?

Geef alleen medicijnen die door de behandelend arts zijn voorgeschreven. Wanneer u een nieuw medicijn geeft, kan een verandering in de stoma-uitstroom optreden. Vertel de apotheker dat uw kind een stoma heeft, wanneer u een recept ophaalt.

Volgens de informatie die ik heb gekregen, is een stoma rood. Maar soms verandert de stoma van kleur. Is er dan iets mis met mijn kind?

Af en toe kan de kleur van de stoma veranderen. Soms kan de stoma bijna wit worden, bijvoorbeeld wanneer uw baby huilt. Als de kleurverandering tijdelijk is – minder dan een paar minuten – is het gewoonlijk niets om u zorgen voor te maken.

Mijn kind is inmiddels wat ouder en trekt nu regelmatig het stomazakje los. Wat kan ik daartegen doen?

Kinderen zijn van nature nieuwsgierig naar hun lijf en de dingen om hen heen. Ook het stomazakje trekt uiteraard hun aandacht! Het helpt als u uw kind in een ééndelige outfit kleedt, ook als het een dutje gaat doen. Dit zal de ontdekkingsdrang een halt toe roepen. Een paar speelgoedjes in het ledikant kunnen ook de aandacht afleiden.

Eerst bleef het stomazakje bij mijn baby langer zitten. Wat kan ik doen?

Doordat uw baby steeds actiever wordt, wordt er ook steeds meer kracht op de sluiting uitgeoefend. Het is vervelend dat het stomazakje vaker loslaat, maar het is normaal. Zodra uw baby gaat kruipen, zich optrekt aan het meubilair of gaat lopen, zal het stomazakje vaker loslaten. U zult deze gezonde bewegingsactiviteiten ongetwijfeld niet willen beperken. De stomaverpleegkundige heeft misschien tips voor het 'kindbestendiger' maken van de sluiting.

De huidplak die we steeds hebben gebruikt, lijkt niet meer te werken. Wat kan ik daaraan doen?

Er zijn diverse zaken die de huidplak kunnen beïnvloeden. Bij warm weer zal de huidplak waarschijnlijk niet zo lang meegaan als normaal. Veranderingen in het voedsel of nieuwe medicijnen kunnen ook de nodige impact hebben. Wanneer baby's tanden krijgen, zal de ontlasting van samenstelling veranderen. De huidplak kan daardoor worden weggespoeld en niet zo lang meegaan als eerst. Meestal zijn het problemen van tijdelijke aard. Als het probleem aanhoudt, neem dan contact op met de stomaverpleegkundige. Die kan een huidplak aanbevelen, die duurzamer is.

Kunnen we reizen met onze baby?

Ja. In de voorbereiding mag u echter niets aan het toeval overlaten. Zorg dat u een royale voorraad opvangmaterialen meeneemt. Verandering van omgeving of van de dagelijkse routine kan de draagtijd verkorten; neem dus meer mee dan u nodig denkt te hebben! Als u gaat vliegen, draag dan de opvangmaterialen in uw handbagage. In een auto moet een zuigeling een gewone zitplaats hebben.

Hoe regel ik het met het kinderdagverblijf?

Bespreek met de leiding van het kinderdagverblijf wat het hebben van een stoma voor uw kind betekent en zorg ervoor dat er op het kinderdagverblijf voldoende opvangmaterialen voorhanden zijn. U zult verschillende mensen moeten leren hoe en wanneer ze het zakje moeten verwisselen en schoonmaken. Ook moet u hen voorbereiden op lekkage; zij zullen daarmee om moeten gaan wanneer u er niet bent. U wilt dat uw kind de best mogelijke zorg krijgt en dat u met een gerust gevoel kunt gaan werken. Maak daarom werk van een goede voorbereiding!



Notities

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Hollister stoma. Gevoel voor detail.

Wilt u meer weten?

Onze mensen staan klaar om uw vragen te beantwoorden en deskundig advies te geven. U kunt gratis bellen naar: 0800 02 303 52.

Hollister bv

Postbus 2662
3800 GE Amersfoort

Tel: (033) 45 01 000
klantenservice@hollister.com

www.hollister.nl



Het Hollister-logo, Adapt en "Hollister Stoma. Gevoel voor detail."
zijn dienstmerken van Hollister Incorporated.
© 2014 Hollister Incorporated.
922500-114