

Opheffen van een darmstoma

U ondergaat binnenkort een operatie om uw stoma op te heffen. In deze folder vindt u informatie over deze operatie. Het is mogelijk dat uw situatie anders is dan in deze folder is beschreven.

De behandeling

De chirurg heeft in overleg met u besloten om de stoma op te heffen. Na deze operatie kan de ontlasting weer op de natuurlijke weg het lichaam verlaten. U hoeft dan geen opvangzakjes meer te gebruiken en kunt weer gewoon naar het toilet. De chirurg of stomaverpleegkundige informeert u tijdens uw polibezoek over de operatie en bespreekt mogelijke gevolgen met u.

Ontlasting

Na de operatie moeten uw darmen weer op gang komen. U kunt dan een borrelend gevoel en ook krampen in uw buik krijgen. Ook moet u windjes laten. Dit komt omdat er lucht in uw darmen zit. Probeer de windjes niet op te houden. U krijgt tijdens de opname een laxeermiddel. Dit zorgt ervoor dat uw darmen weer goed gaan werken en dat u binnen een paar dagen ontlasting heeft.

Doordat u een stoma heeft gehad is een deel van uw darm enige tijd niet gebruikt. Hierdoor is uw ontlasting aan het begin vaak dun en moet u regelmatig naar het toilet. De darm zal na de operatie vanzelf herstellen. De ontlasting wordt weer vaster en komt minder vaak. Dit kan een aantal weken duren.

Daarnaast heeft de sluitspier van uw anus langere tijd niet gewerkt. Daardoor kan het zijn dat u de eerste tijd uw ontlasting minder goed voelt aankomen. U kunt ook ongemerkt ontlasting verliezen. Dit zal met het dikker worden van de ontlasting weer herstellen.

Afhankelijk van de eerste operatie (waarbij de stoma is aangelegd) is het mogelijk dat uw ontlasting en de functie van uw kringspier blijvend anders worden. Of dit bij u het geval is, blijkt na weken of enkele maanden. De stoma-continentieverpleegkundige ondersteunt u hierbij.

Als het nodig is kan deze verpleegkundige ook materiaal regelen om bij eventuele ongelukjes de ontlasting op te vangen.

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

Dieet

Als u niet misselijk bent, mag u na de operatie weer normaal eten. Meestal bent u de eerste dagen niet in staat om een normale hoeveelheid te eten. U kunt dan iets vaker per dag kleinere hoeveelheden eten. De stoma-continentieverpleegkundige komt na de operatie bij u langs om u uitgebreidere adviezen te geven.

Hechtingen en wondverzorging

De kans bestaat dat de wond open of gedeeltelijk open wordt gelaten op de plaats waar de stoma heeft gezeten. Dit is afhankelijk van de soort stoma die u had.

Als de wond niet helemaal dicht is, moet deze dagelijks worden uitgespoeld in de douche.

Als de wond gesloten is en er zijn geen oplosbare hechtingen gebruikt, dan worden de hechtingen tien tot veertien dagen na uw operatie op de polikliniek verwijderd.

Naar huis

Als alles goed gaat, kunt u na enkele dagen naar huis. Dit is afhankelijk van uw herstel.

Als het nodig is, wordt vanuit het ziekenhuis thuiszorg geregeld. Bij ontslag krijgt u een afspraak mee voor een poliklinische afspraak bij de specialist en de stoma-continentieverpleegkundige.

Leefregels

Als u weer thuis bent is het belangrijk dat u zich zo goed mogelijk houdt aan de onderstaande leefregels:

- **Douchen/baden:** douchen mag. Als de wond volledig is genezen mag u weer baden.
- **Wondverzorging:** een open wond moet u dagelijks spoelen onder de douche. Als de wond gesloten en droog is, hoeft er geen verband meer op.
- **Lichamelijke activiteiten:** wij adviseren om de eerste zes weken geen zware werkzaamheden te verrichten of zwaar te tillen (> 5kg) en geen activiteiten te doen die de buikwand belasten, zoals buikspieroefeningen.
- **Voeding:** u mag alles eten en drinken. U kunt het beste zelf uitproberen welke voedingsmiddelen u goed of slecht verdraagt.
- **Ontlasting:** uw ontlasting kan na de operatie anders zijn dan u gewend was. Bij klachten kan de stoma-continentieverpleegkundige u adviezen geven.
- **Fietsen en autorijden:** als u geen of weinig pijnklachten heeft, kunt u fietsen en autorijden.
- **Sporten:** als de wond helemaal genezen is, mag u zwemmen. Het is beter om de eerste zes weken geen sporten te doen die veel lichamelijke inspanning vragen.
- **Werk:** afhankelijk van de operatie en nabehandeling kunt u in overleg met uw behandelend arts na twee tot zes weken uw werkzaamheden hervatten. Dit is afhankelijk van het soort werk dat u doet en van uw lichamelijke conditie.

Vragen?

Bij vragen kunt u op werkdagen tussen 08.00 en 16.00 uur contact opnemen met de polikliniek chirurgie, via telefoonnummer: **(040) 888 85 50** of mailen naar **stomazorg@mmc.nl**