

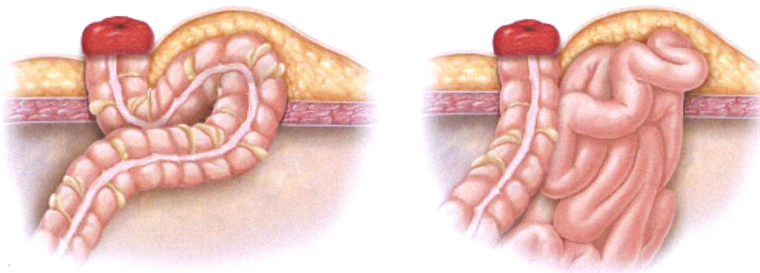
Stomabreuk

Parastomale hernia

In deze folder vindt u uitleg over een stomabreuk en welke onderzoeken u mogelijk kunt krijgen als vermoed wordt dat u een stomabreuk heeft. Ook vindt u in deze folder uitleg over leefregels en de behandeling.

Wat is een stomabreuk?

Een stomabreuk (parastomale hernia) is een breuk in de buikwand naast de stoma. Bij een stomabreuk kan een stuk darm in de zogenoemde breukzak terechtkomen. Hierdoor kan een kleine of grotere bolling van de buikwand ontstaan. Denkt u aan de grootte van een tennisbal, of groter.



Mogelijke oorzaken

Bij een verzwakte buikwand komt er door hoesten, niezen, persen of tillen veel druk op de buikwand te staan. Daardoor kan een breuk ontstaan. De kans op een stomabreuk is groter bij:

- Hogere leeftijd
- Overgewicht en gewichtsschommelingen.
- COPD (door veel hoesten)
- Slappere buikspieren
- Gebruik van specifieke medicijnen zoals corticosteroïden.
- Andere aandoeningen zoals diabetes mellitus (suikerziekte)

Hoe herkent u een stomabreuk?

U kunt een stomabreuk herkennen aan een bolling naast uw stoma. U ziet de bolling vooral goed als u zit of staat. Als u ligt verdwijnt de bolling. Dit komt doordat er dan geen druk op de buikwand staat.

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.

Verder kunt u bij een stomabreuk last hebben van:

- Een pijnlijk of zwaar gevoel in de buik, vooral 's middags en 's avonds.
- Ontlasting en/of urine komen niet meer zo goed naar buiten.
- Door verminderde bloedtoevoer kan het slijmvlies van uw stoma paars of nog donkerder van kleur worden.
- Vanwege de bolling is het stomamateriaal moeilijker aan te brengen.
- Lekkages doordat het stomamateriaal minder goed aansluit en hecht op uw huid.

Niet elke bolling naast of rond de stoma hoeft te betekenen dat u een stomabreuk hebt.

Twijfelt u? Neem dan contact op met uw arts of de stomaverpleegkundige.

Onderzoek

Als u mogelijk een stomabreuk heeft, doet de stomaverpleegkundige onderzoek:

- Ze vraagt naar uw ziektegeschiedenis en leefstijl.
- Ze bekijkt en voelt aan uw buik en de eventuele breuk/bolling.
- Eventueel onderzoekt ze de doorgang van uw stoma tot op de spierlaag (inwendig onderzoek, oftewel toucheren).

Aanvullend onderzoek

Zo nodig verwijst de stomaverpleegkundige u naar uw behandelend arts voor aanvullend onderzoek. Denk aan een CT-scan of een echografie van de buik.

Stomamateriaal en buikband

Verder wordt uw stomamateriaal zo nodig aangepast aan de bolling van uw buik en u krijgt zo nodig een ondersteunende breukband aangemeten. (zie verderop in deze folder). Er wordt ook gekeken of de opening in de huidplaat aangepast moet worden. Door de breuk/bolling kan de stoma namelijk in omvang groter worden.

Leefregels: wat kunt u zelf doen?

Afhankelijk van de ernst van uw klachten, krijgt u adviezen hoe u kunt voorkomen dat een (eventuele) breuk groter wordt en hoe u er het beste mee om kunt gaan:

- Zorg voor een gezond gewicht.
- Eet voldoende vezels en drink 2 liter vocht per dag: dit is belangrijk voor zachte ontlasting.
- Zorg ervoor dat u bij hoesten en niezen met uw hand tegendruk geeft op de stoma.
- Tevens is het belangrijk bij het hoesten of niezen u bovenlichaam een kwartslag te draaien waardoor er geen druk komt op de rechte buikspieren.
- Let erop dat u bij het ontlasten en urineren niet hard mee perst.
- Er wordt afgeraden om de eerste zes tot acht weken na de operatie te tillen. Daarna moeten de activiteiten geleidelijk opgebouwd worden.
- Een piekbelasting mag maar belangrijk is om tilwerk op een juiste manier te verrichten, waarbij zo weinig mogelijk druk op de buik en met name de buikspieren ontstaat. Voorkom langdurig zwaar tillen, hiermee vergroot je het risico op een stomabreuk.
- Til verstandig: voor zo min mogelijke druk op de buikwand kunt u het beste door de knieën zakken en tijdens het uitademen tillen.

- Zorg voor een goede algemene conditie en houd ook uw buikspieren in conditie: start in overleg met uw behandelend arts of stomaverpleegkundige eventueel met speciale buikspieroefeningen.
- Draag bij lichamelijk zwaar werk een speciale ondersteunende breukband of broek.

Behandeling van een stomabreuk

Heeft u weinig klachten door uw stomabreuk? Dan krijgt u alleen leefstijladviezen.

Verder krijgt u zo nodig een ondersteunende breukband, ook als u geen zwaar lichamelijk werk doet. Als u een forse breuk hebt en onvoldoende baat hebt bij een breukband, is in overleg met uw arts eventueel een operatie mogelijk.

Behandeling met een breukband

Een breukband is een brede elastische band die voor stevigheid zorgt. In de band kan eventueel een opening gemaakt worden voor het stomamateriaal. Maar een band zonder opening ondersteunt beter. De stoma blijft ook onder de band gewoon aflopen. Voor de beste ondersteuning is het belangrijk om de band in liggende positie aan te brengen.

Aanmeten van de breukband

De band wordt voor u op maat gemaakt. Het aanmeten wordt gedaan door de verpleegkundige van uw medisch speciaalzaak. De verzekeraar stelt specifieke eisen aan de vergoeding van een breukband. Uw stomaverpleegkundige kan u hier meer uitleg over geven.

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.