

## STOMA TIPS

- Knip bij veel haargroei de haartjes weg.
- Sommige voedingsproducten geven aanleiding tot geur en flatusvorming. Gebruik eventueel geurabsorberende tabletten of pas uw voeding aan. Vraag raad aan de verpleegkundigen of diëtisten.
- Sporten is gezond en kan nog altijd. Vermijd gevechtssporten of hefwerk.
- Een broek met hoge taille verbergt het stomazakje.
- Neem altijd reservestomamateriaal mee wanneer u het huis verlaat, en gebruik eventueel een groter zakje dat minder zal opvallen als het zich vult. U hoeft het zakje dan minder snel te wisselen.
- Bij verre reizen neemt u best een medisch paspoort mee dat u kan verkrijgen bij de arts.
- In geval van opname in het ziekenhuis brengt u uw persoonlijk stomamateriaal mee.

## VOLGENDE AFSpraak :

Datum:.....

Uur :.....

Chirurg :.....

Gelieve u aan te melden aan het onthaal van het ziekenhuis. Breng bij elke afspraak aan de arts een extra stomazakje mee.

**Wij wensen u een spoedig herstel toe!**

Voor meer info raadpleeg:

Dienst algemene heelkunde

T 055 33 61 00

AZO/CHI/145  
V1.0

AZ OUDENAARDE  
VZW



AZ OUDENAARDE VZW

Minderbroedersstraat 3 | 9700 Oudenaarde

T 055 33 61 11 | Fax 055 33 66 95

info@azoudenaarde.be

www.azoudenaarde.be

## STOMA

INFORMATIE BIJ ONTSLAG

- Patiëntinformatie -

AZ OUDENAARDE  
VZW



| WWW.AZOUDENAARDE.BE |

## INFORMATIE

### U gebruikt een:

- Één-delig systeem
- Twee-delig systeem
- Open systeem
- Gesloten systeem

### Thuisverpleging:

- Zelfstandig verpleegkundige

Naam:.....

- Mutualiteit
  - Wit-Gele kruis
  - Solidariteit
  - Bond Moyson
  - Onafhankelijke mutualiteit
  - Andere
- Andere
- Is verwittigd

### Stomamateriaal:

- Thuiszorgwinkel
- Medishop
- Apotheek

Adres:.....

Telefoon:.....

- Is verwittigd
- Wordt thuis geleverd

## HOE WORDT EEN STOMAZAKJE VERVANGEN?

- Was de handen voor het vervangen van het stomazakje.
- Verwijder het stomamateriaal. Steun bij het verwijderen van de plakplaat de huid goed.
- Observeer uw stoma. Zijn er tekenen van irritatie of lekkage? Bij twijfel raadpleegt u een arts of stomaverpleegkundige.
- Was uw stoma en de omliggende huid met lauw water zonder of met een neutrale zeep.
- Bij een geïrriteerde huid is het aan te raden stoma-applicaties te gebruiken zoals pasta, poeder, beschermerspray.
- Vóór het aanbrengen verwarmt u de stomaplaat enkele minuten tussen de handen zodat deze soepel wordt.



- Knip de nieuwe stomaplaat uit op maat. De diameter mag niet meer dan 1 à 2 mm groter zijn dan de diameter van de stoma.



Plak deze plaat over de stoma. Klik bij een tweedelig systeem het opvangzakje op de plaat.



- Blijf nog een 10 - tal minuten zitten of liggen, zodat de plaat de temperatuur van uw lichaam krijgt en zich kan fixeren.
- Controleer of de plaat goed vast hangt.



- Was uw handen na het vervangen van het stomazakje

## RAADPLEEG UW ARTS

Uw stoma moet een roze kleur hebben. Als de kleur verandert in donkerrood tot paars, neem dan zo snel mogelijk contact op met uw behandelende huisarts of thuisverpleegkundige. Ook als de stoma veel bloedt, ingetrokken of uitgestulpt is, raadpleegt u best uw arts.