



Tijdens de jongerendag in Delft spraken jongeren openhartig over het hebben van een stoma of pouch. Hoe denken zij sinds de aanleg ervan over hun uiterlijk?



Mijn uiterlijk en ik

Max Sip (35)
Colostoma sinds vorig jaar
Senior Technician

'Ik vind mijn uiterlijk gemiddeld. Mijn lach vind ik mooi en ook de tattoo van mijn dochter op mijn schouder. Mijn zelfbeeld is wel veranderd sinds ik mijn stoma heb. Ik vind mezelf minder aantrekkelijk. Vroeger liep ik graag en vaak in mijn blote bast maar nu doe ik dat niet meer... ook niet thuis. Mijn vrouw heeft zelfs nog nooit mijn stoma bloot gezien!'

Oscar van der Plas (27)
Ileostoma sinds januari 2012
Supermarktmedewerker

'Toen ik ziek was ben ik vijftien kilo afgevallen, nu is er gelukkig alweer twaalf kilo bij. Hierdoor ben ik wat meer tevreden over mijn uiterlijk. Mijn zelfbeeld is wel wat veranderd sinds ik mijn stoma heb. Ik vind het allemaal nog een beetje raar, maar niet lelijk. Ik vond mijn buikspieren altijd mooi, die zijn jammer genoeg verdwenen. Nu wil ik mijn conditie weer gaan opbouwen, dan komen die buikspieren ook wel weer terug!'

Linda van den Brandt (22)
Ileostoma sinds 6 jaar
Studie en WAjong

'Mijn ogen en mijn haar vind ik mooi, maar ja... mijn buik dus écht niet. Ik vind mijn lelijke littekens vreselijk. Ik besteed veel aandacht aan mijn uiterlijk: ik maak mijn ogen op, doe mijn haar leuk, houd van lekker tutten en ik draag nagellak. Mijn zelfbeeld is wel erg veranderd sinds de aanleg van mijn stoma. Als ik m'n ogen dicht doe en aan mezelf denk, dan zie ik mezelf zonder buik, gewoon omdat ik dat stuk liever oversla. Sinds ik in mijn opleiding tot Cesar-therapeute andere mensen help en zij van mij kunnen leren, voel ik me een stuk zelfverzekerder. Dat geeft een goed gevoel.'

Ellen Geul (31)
Ileostoma sinds september 2007
Werkt parttime, diverse banen

'Ik vind het belangrijk om er verzorgd uit te zien. Door medicijngebruik ben ik aangekomen, maar mijn omvang – en die van anderen – boeit mij niet. Uiterlijk vind ik niet het belangrijkste. Het mooiste aan mezelf vind ik mijn uitstraling en wie ik ben. Ik vind het leuk om iets gekks met mijn haar te doen: een ander kleurtje, beetje scheef of een stoer kapsel. Binnenkort krijg ik een nieuwe bril. Of mijn zelfbeeld is veranderd? Ach, ik heb een stoma, een ander een rotkop. Over een stoma kun je iets heen doen, over een rotkop niet!'

Inge de Vries (28)
Pouch
WAjong en parttime baan

'Ik ben tevreden over mijn uiterlijk. Ik vergeet zelfs vaak dat ik een stoma heb gehad en nu een pouch heb. Dus nee, ik ben er niet zo mee bezig. Ik draag graag mooie lingerie met kanten hemdje en op het strand een tankini, dan zie je niks van mijn littekens. Ik vind mijn gezicht en uitstraling het mooiste, ook mijn lengte past goed bij mij. Minder mooi vind ik mijn houding, ik loop soms wat met mijn schouders gebogen.'