

Urinestoma: extra aandacht

Bij de dagelijkse verzorging van uw stoma heeft u te maken met urine of ontlasting. Beide zijn “afvalproducten” die de huid kunnen aantasten. Met name bij een urinestoma is het beschermen van de huid van wezenlijk belang, omdat er bij urine meer kans is op beschadiging van de huid. De chemische samenstelling van urine is namelijk veel agressiever dan die van ontlasting.



Bij de meeste mensen met een urinestoma is de blaas verwijderd, vaak als gevolg van blaaskanker. Een tweede reden is dat de blaas niet meer functioneert. Dankzij een urinestoma kan de urine alsnog worden afgevoerd. De chirurg maakt de stoma van een stukje dunne darm waarmee de urine vanaf de nieren en urineleiders naar buiten wordt afgevoerd via de buikwand.

Urine is een vloeistof die voornamelijk afvalstoffen bevat. Ze komen bij de stofwisseling vrij en worden door de nieren uit het bloed gefilterd. Urine is niet giftig, maar bevat wel stoffen die de huid kunnen irriteren. Daarom is het belangrijk om het gebied rondom de stoma goed te beschermen.

Normaal gesproken plast een mens per dag ongeveer anderhalve liter urine uit, bij een aanbevolen gedronken hoeveelheid van twee liter vocht (water). De urine is dan helder en lichtgeel van kleur. Mensen met een urinestoma merken dat hun urine altijd witte vlokjes bevat. Dit zijn slijmvlokjes, afkomstig van het stukje darm waar de stoma van gemaakt is. Het is een normaal verschijnsel en géén teken van een infectie.

Urine hoeft niet altijd helder en lichtgeel gekleurd te zijn. Kleurverandering wordt vooral veroorzaakt door de hoeveelheid vocht die wordt uitgescheiden. Zo is geconcentreerde urine donkergeel tot oranje, wat er meestal op duidt dat er te weinig vocht is gedronken.

Meer factoren kunnen de kleur van urine beïnvloeden. Zo kan die veranderen door bepaalde voedingsmiddelen

en kleurstoffen, bijvoorbeeld het rood van bietjes. Ook ziektes, aandoeningen of het gebruik van bepaalde geneesmiddelen kunnen van invloed zijn. Verder weten we dat normale urine geurloos is. Maar als gevolg van bepaalde voedingsmiddelen, te weinig vochtinname, medicijnen of ziektes kan urine een andere geur krijgen.

Verzorging

Vergeleken met een darmstoma is het bij een urinestoma belangrijk om extra aandacht te besteden aan de verzorging ervan. Urine is zo waterdun dat het overal makkelijk tussendoor stroomt. Hierdoor kunnen lekkages vrij eenvoudig optreden.

Bovendien heeft de inwerking van urine effect op de huidplaat van het stomamateriaal. Deze kan beperkt vocht opnemen. Hoe vaak u vervolgens uw stoma moet verzorgen en huidplaat moet vervangen, is onder andere afhankelijk van het systeem dat u gebruikt. Bekijk daarom *altijd* de achterzijde ervan als u de huidplaat hebt verwijderd. De mate van “aangetast zijn” geeft namelijk belangrijke informatie. De huidplaat rondom de stoma heeft vocht opgenomen en zal altijd lichter van kleur zijn en soms wat opgezwollen.

Maar de huidplaat mag niet doorzichtig zijn geworden! Dit zou betekenen dat het materiaal totaal is aangetast, dan wel is weggevreten. En het beschermt hierdoor de huid niet meer, waardoor de urine op de huid zal inwerken. De mate van aantasting geeft dus aan of er tijdig is gewisseld of dat de huidplaat eerder vervangen kan worden. De aantasting en inwerking van urine kan door omstan-

bij de verzorging

digheden veranderen. Denk aan veranderingen in de samenstelling van de urine (zoals infecties of zuurgraad) of aan omstandigheden van buitenaf (zoals extra transpiratie bij warmte of inspanning).

Ook is het goed te weten dat er verschillende soorten huidplaten op de markt zijn die met name geschikt zijn bij een urinestoma. Ze hebben namelijk specifieke vochtabsorberende en/of vochthechtende eigenschappen. Uw stomaverpleegkundige kan u hierin adviseren.

Vermijd lekkages

Lekkages brengen veel ongemakken met zich mee, zoals het risico op huidirritatie, onzekerheid en sociale beperkingen. Om huidirritaties zoveel mogelijk tegen te gaan, is het belangrijk het juiste stomamateriaal te vinden en dat op de goede manier toe te passen. De opening in de huidplaat moet zo secuur mogelijk rond uw stoma aansluiten met een speling van ongeveer één tot twee millimeter. Gebruik hiervoor een meetkaart of mal.

Probeer bij lekkages altijd de oorzaak te achterhalen en door aanpassingen herhaling te voorkomen. Een huid die te vaak of te langdurig aan urine wordt blootgesteld zal verweken en irritaties gaan vertonen. Dat varieert van roodheid en blaasjes tot bijvoorbeeld ontvelde plekkjes en schimmel. Langdurige verweking van de huid leidt tot het sterk verhoornen van de opperhuid rond de stoma: zichtbaar is dan een dikke wit/grijzige eeltlaag die scheurtjes en barsten vertoont. Het aanbrengen van opvangmateriaal wordt dan steeds moeilijker.

Krijgt u te maken met één van de genoemde situaties? Gelukkig is er voldoende keuze in materialen om iedereen goed te kunnen voorzien en problemen te voorkomen. Overleg altijd met uw stomaverpleegkundige of behandelaar als u ergens over twijfelt. Samen met u kunnen wij uw problemen proberen op te lossen. ●

Bij vragen over of problemen met uw stoma is het wenselijk en soms noodzakelijk om telefonisch contact op te nemen met een stomaverpleegkundige in het ziekenhuis. Hij of zij kan telefonisch de vraag beantwoorden of een afspraak met u maken voor een bezoek aan de stomapolikliniek. Aarzel niet, blijf niet te lang rondlopen met uw vraag of probleem, maar maak gebruik van deze hulp.

Meestal hebt u hiervoor geen verwijzingskaart van een arts nodig en zijn er aan het bezoek van de stomapolikliniek geen kosten voor u (of uw verzekeringsmaatschappij) verbonden. In principe neemt u contact op met de stomaverpleegkundige van het ziekenhuis waar u geopereerd bent. U kunt echter ook een stomaverpleegkundige raadplegen van een ziekenhuis dichterbij u in de buurt of van een ander ziekenhuis, als er in uw "eigen" ziekenhuis geen stomaverpleegkundige werkzaam is. Een actueel overzicht van de adressen van stomapoliklinieken in Nederland, samengesteld door de Vereniging Verpleegkundigen Stomazorg Nederland, is voor leden verkrijgbaar bij het Landelijk bureau van de Nederlandse Stomavereniging of is te vinden op www.stomavereniging.nl > [Materialen en zorg](#) > [Verpleegkundige zorg](#) > [Stomaverpleegkundige](#). In deze rubriek komen algemene onderwerpen aan bod die voor veel stomadragers interessant kunnen zijn en ook op stomapoliklinieken worden besproken. De informatie in Toegelicht is afkomstig van de stomaverpleegkundigen [Ada Veldink](#) en [Annette van Duijvendijk](#). Soms wordt een andere deskundige geïnterviewd. Als u een mogelijk onderwerp heeft voor Toegelicht kunt u dit natuurlijk altijd melden bij de Nederlandse Stomavereniging. Zie voor adres en telefoonnummer pagina 51.

