

Kun je **ALLES ETEN** als je een stoma hebt?

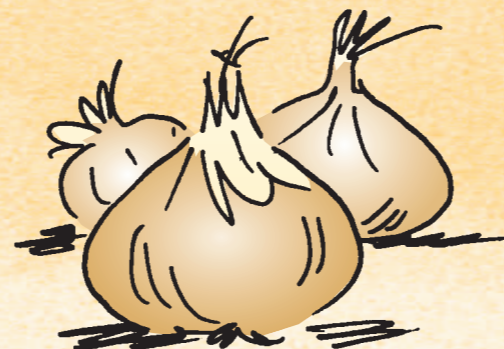


Eigenlijk kun je alles eten, maar je komt er pas achter door bepaalde dingen te proberen. Bij de een kunnen champignons een probleem zijn en bij de ander weer worteltjes. Dan raakt je stoma verstopt en kan de poep er niet uit.

Voor iedereen geldt: eet gevarieerd en kauw goed. Dat scheelt een heel stuk.

Harde korstjes van brood of komkommer. Het hoeft geen probleem te zijn, want alles wordt zacht in je spijsverteringskanaal.

Eieren geven wel een vervelende lucht aan je poep. Als je je zakje leegt, kan het behoorlijk ruiken.



Maar ja, dat heb je ook bij mensen zonder stoma. Hun poep stinkt dan ook!

Let ook op met frisdrank met prik en uien. Daarvan laat je scheetjes. Die hoor je wel (een soort pruttelgeluid), maar ruik je niet als je een stoma hebt, want de geur blijft in het zakje.

