

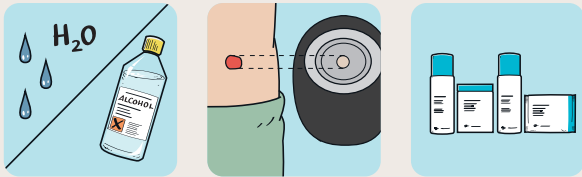
Stappenplan

Eén van de meest gestelde vragen door stomadragers is hoe de huid te beschermen tegen ontlasting/ urine (output) en de kans op huidklachten te verminderen. Dit stappenplan helpt jou daarbij met tips om jouw stomamateriaal op de juiste manier aan te brengen en te verwijderen. Ook kun je controleren of je het materiaal vaak genoeg vervangt. De huidplak van jouw stomamateriaal werkt namelijk het beste op een gezonde, schone droge huid. Dit verkleint de kans op lekkage en huidklachten.

1. Aanbrengen

Breng het stomamateriaal aan op een droge, schone huid. Zo blijft de huidplak veilig op zijn plaats zitten. Dit helpt om lekkage en huidirritatie te voorkomen.

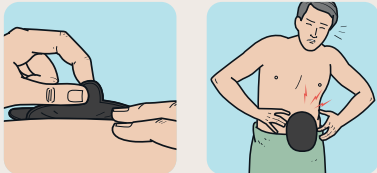
Het is belangrijk dat de huidplak goed om jouw stoma past. Een ring of pasta kunnen zorgen voor een goede aansluiting tussen de huid rondom jouw stoma en de huidplak.



2. Verwijderen

Verwijder het stomamateriaal voorzichtig. Zo bescherm je de huid rondom jouw stoma. Trek eerst het verwijderingslipje van de huidplak weg van de buik. Rol de huidplak nu langzaam omlaag. Oefen met jouw andere hand lichte druk uit op de huid. Zo gaat het lostrekken gemakkelijker.

Heb je last van jeuk of een branderig gevoel? Vervang dan het stomamateriaal, ook al is dat eerder dan normaal en kijkt het af van jouw verwisselroutine.



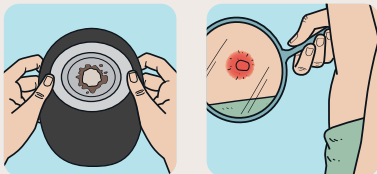
3. Controleren

Wacht even met het opplakken van de nieuwe huidplak. Na een paar minuten kun je beter zien hoe het met jouw huid is. Soms helpt een spiegel om alles goed te kunnen zien.

Heb je één van de volgende klachten?

- Aantasting van de huidplak (wegvretende effect van de huidplak)
- Output (ontlasting of urine) op de huid of huidplak
- Rode of pijnlijke huid rondom jouw stoma

Wissel de huidplak dan vaker of overleg met jouw zorgprofessional of je ander stomamateriaal nodig hebt.



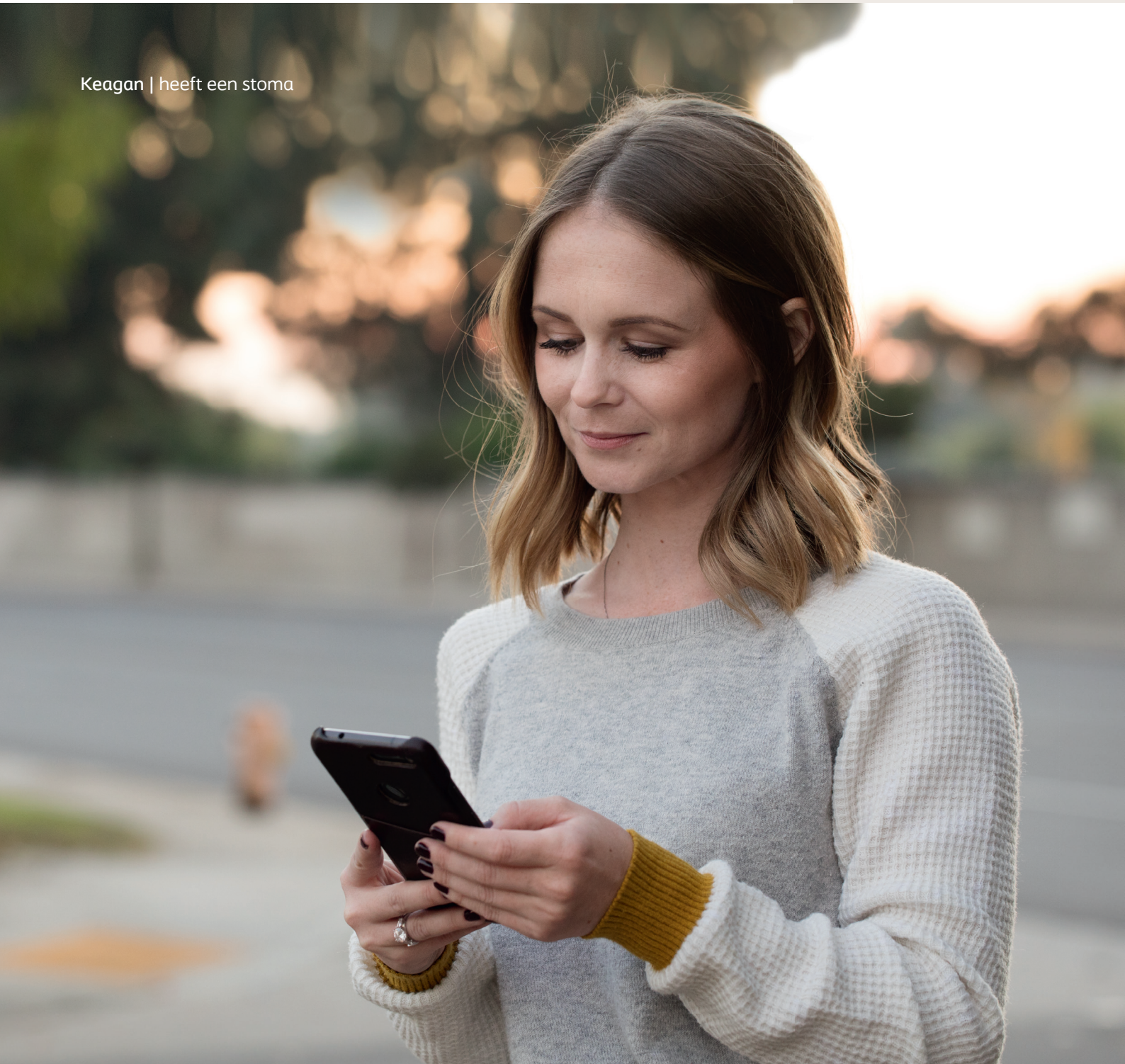
Coloplast® Care

Bij Coloplast Care kun je terecht met al je vragen op het gebied van stoma- en continenzorg. Of het nu om producten gaat of andere zaken die hiermee te maken hebben; de medewerkers van Coloplast Care geven je deskundig advies. Je kunt hen bereiken via het gratis telefoonnummer 0800-022 98 98. Of stuur een e-mail naar nlcare@coloplast.com



Gids voor een gezonde huid rondom jouw stoma

Keagan | heeft een stoma



Ostomy Care | Continence Care | Wound and Skin Care | Interventional Urology | Voice and Respiratory Care

Coloplast B.V., Terminalweg 36, 3821 AJ Amersfoort, www.coloplast.nl

Het Coloplast logo is een geregistreerd merk van Coloplast A/S. © 2025-02
Alle rechten voorbehouden Coloplast A/S. PM-17006



Huidklachten voorkomen en behandelen

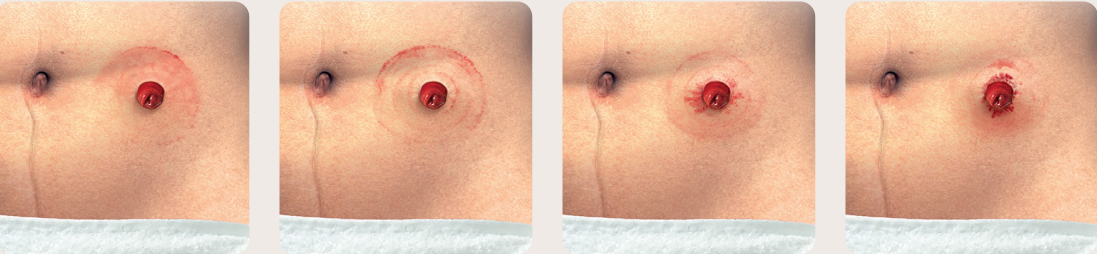
Huidklachten komen veel voor bij mensen met een stoma. Ziet jouw huid rondom jouw stoma er anders uit dan de rest van jouw buik? Dan heb je waarschijnlijk huidklachten. Deze gids helpt jou om milde huidklachten te herkennen en mogelijk ook zelf op te lossen. Ook staat erin wanneer het verstandig is hulp in te schakelen.

Weet jij... hoe een gezonde huid rondom een stoma eruitziet?

Heel eenvoudig: precies hetzelfde als de huid op de rest van jouw buik!

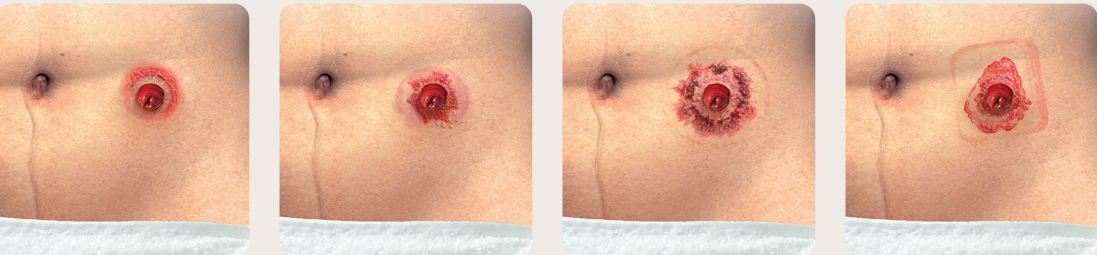


Voorbeelden van milde huidklachten



Rode plekken, een pijnlijke huid of een geschaafde huid: milde huidklachten kun je vaak zelf oplossen.

Voorbeelden van ernstige huidklachten



Donkerblauwe of paarse vlekken, bloedend of branderig of jeukend gevoel rondom jouw stoma duiden op ernstige huidklachten. Neem contact op met jouw zorgprofessional of ons Coloplast® Care team via (0800) 022 98 98.

Volg de pijlen in de handleiding voor het controleren van de gezondheid van jouw huid.

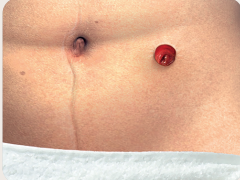
Controleer hier hoe gezond de huid is rondom jouw stoma

Verwijder jouw huidplak en wacht een paar minuten voordat je je huid controleert.

Check je huid

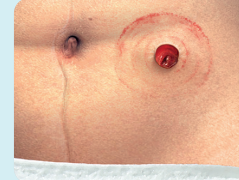
Heeft de huid rondom jouw stoma dezelfde kleur als de rest van jouw buik?

Ja



Dit duidt op een gezonde huid en geen klachten. Denk eraan om de huid rondom jouw stoma regelmatig te controleren.

Nee



Een rode huid duidt op huidklachten. Dit kan komen door: lekkage, druk, wrijving of het beschadigen van de huid bij het verwijderen van de huidplak.

Lekkage

Zie jij ontlasting of urine op jouw huid of op de huidplak?

Nee

Ja

Bloedt, brandt of jeukt de huid rond jouw stoma, of is zij vochtig?

Nee

Ja

Druk

Zie jij rode, paarse of zwarte drukplekken op de huid rondom jouw stoma veroorzaakt door een bolvormige huidplak, riem, kleding of door overgewicht?

Nee

Ja

Bloedt, jeukt of brandt de huid rondom jouw stoma? Is de huid donkerblauw van kleur of vochtig?

Nee

Ja

Wrijving of stripping?

Is de huid rondom jouw stoma eraf getrokken door het verwijderen van de huidplak (stripping)?

Nee

Ja

Bloedt, brandt of jeukt de huid rondom jouw stoma, of is zij vochtig?

Nee

Ja

Anders

Het lijkt erop dat je last hebt van huidklachten die niet in deze handleiding staan.

Milde huidirritatie als gevolg van lekkage

Wat je kunt doen:

- Volg het stappenplan 'Aanbrengen, Verwijderen en Controleren'.
- Raadpleeg de BodyCheck om het juiste product voor jou te vinden. Ga naar www.coloplast.to/advies
- Leeg of verwissel jouw zakje regelmatig zodat de inhoud er niet voor kan zorgen dat de huidplak losser komt te zitten.
- Als de huid rondom jouw stoma langere tijd beschadigd is, kun je overgroei van de huid krijgen. De juiste verwisselroutine 'Aanbrengen, Controleren en Verwijderen' helpt dit te stoppen.

Ernstige huidirritatie als gevolg van lekkage

Neem contact op met jouw zorgprofessional. De tips voor milde huidirritatie hierboven kunnen ook helpen.

Wat jouw zorgprofessional kan doen:

- Samen met jou een ander product uitzoeken dat beter aansluit op jouw lichaam.
- Je helpen met passende ondersteunende producten. Bijvoorbeeld een poeder speciaal voor de huid rondom jouw stoma.
- Je adviseren over andere oplossingen.

Milde huidirrtatie als gevolg van druk

Wat je kunt doen: Vermijd riemen of kleding die druk kunnen uitoefenen op het gebied rondom jouw stoma.

Ernstige huidirritatie als gevolg van druk

Neem contact op met jouw zorgprofessional. Vermijd riemen of kleding die druk uitoefenen op het gebied rondom jouw stoma.

Wat jouw zorgprofessional kan doen:

- Samen met jou een ander product uitzoeken dat beter aansluit op jouw lichaam.

Milde huidirritatie als gevolg van wrijving of schaven van de huid

Wat jij kunt doen:

- Verwijder de huidplak rustig en met aandacht.
- Maak gebruik van lijmverwijderaar spray of doekjes.
- Gebruik alleen warm water voor het wassen van de huid rondom jouw stoma.
- Wees voorzichtig bij het verwijderen van haargroei rondom jouw stoma. Gebruik bij het scheren een schoon en scherp scheermes.

Ernstige huidirritatie als gevolg van wrijving of schaven van de huid

Neem contact op met jouw zorgprofessional. De tips voor milde huidirritatie hierboven kunnen ook helpen.

Wat jouw zorgprofessional kan doen:

- Samen met jou een ander product uitzoeken dat beter aansluit op jouw lichaam.
- Je helpen bij het regelmatig aanpassen van de positie van het gat in de huidplak.

Het kan dat jouw huidklachten veroorzaakt worden door een ziekte, infectie of allergische reactie.

Neem contact op met jouw zorgprofessional bij klachten bij:

- Groeiende of etterende wonden.
- Schimmelinfectie (grijs van kleur).
- Klachten van de huid onder de huidplak.

Tip: Maak elke dag foto's van de huid rondom jouw stoma. Zo kun je goed zien of jouw huid opknapt.

Meer informatie: Heb je vragen, wil je advies of overleg? Neem dan contact op met jouw zorgprofessional of ons Coloplast® Care team via (0800) 022 98 98.

Knapt jouw huid niet op binnen 7-14 dagen na het opvolgen van dit advies? Neem dan contact op met jouw zorgprofessional.