

Prolaps van een colostoma of ileostoma

Uitstulping van de darm

Chirurgie

Wat is een prolaps?

Bij een prolaps van een colostoma of ileostoma komt er een stukje van de darm via de stomaopening naar buiten. De grootte van de uitstulping kan variëren van ongeveer 4 cm tot wel 50 cm lang. Een uitstulping van ongeveer 2 tot 4 cm van het darmslijmvlies is normaal en kan meerdere malen per dag optreden. Dit wordt veroorzaakt door de voortstuwende beweging (peristaltiek) van de darm. Dagelijks verschil in grootte is dus geen reden tot bezorgdheid. Komt de darm 4 cm of meer naar buiten dan kan er sprake zijn van een prolaps en is het raadzaam om een afspraak te maken bij de stomaverpleegkundige.

Het is begrijpelijk dat u erg geschrokken bent maar een prolaps is niet gevaarlijk. Als het slijmvlies ingeklemd raakt, gezwollen is en niet meer terug de buik in te duwen is, kan behandeling nodig zijn. Op onderstaande afbeelding ziet u hoe een prolaps eruit kan zien.



De oorzaken

Als u een stoma heeft, dan is deze plek in de buikwand minder stevig. Bij hoesten, persen of tillen komt er veel druk op de buikwand te staan en is de kans groter dat er een prolaps ontstaat. Daarnaast zijn er meerdere factoren die een rol spelen bij het ontstaan van een prolaps, onder andere:

- hogere leeftijd: de buikspieren zijn op hogere leeftijd vaak slapper;
- overgewicht: dit zorgt voor een hogere druk op de buik van binnenuit;
- gebruik van bepaalde medicijnen, zoals corticosteroïden;
- veel harde ontlasting in één keer;
- heftige peristaltiek van de darm;
- hoesten, persen (van ontlasting; weeën).

Voorkomen van een prolaps

Over het algemeen geldt dat je enkele maatregelen kunt nemen om de kans op een prolaps zo gering mogelijk te houden. Vanzelfsprekend is het goed om zoveel mogelijk te voorkomen dat uw buikspieren onder onnodige spanning komen te staan. Demp hoestprikkels en zorg voor soepele ontlasting. Wees voorzichtig met zwaar tillen, leer uzelf goede tiltechnieken aan en informeer bij een deskundige naar buikspieroefeningen. Afvallen kan ook helpen, een bollere buik door overgewicht vergroot de kans op een prolaps.

Wat kunt u doen?

Een prolaps kan op verschillende manieren worden behandeld.

Probeer eerst de prolaps in te laten krimpen, waardoor de stoma gemakkelijker terug de buik in kan trekken. Dit kunt u doen door:

- 1) een gaasje of washandje met koud water op de uitstulping te leggen. Hiermee kan de zwelling minder worden.
- 2) poedersuiker over de prolaps te strooien, dit onttrekt vocht aan de gezwollen stoma.
- 3) neusspray met xylometazolinehydrochloride over de prolaps te sprayen. Dit stofje in de neusspray zorgt bij verkoudheid voor een afnemende zwelling van het slijmvlies in de neus, en werkt op dezelfde manier bij uw stoma.

U kunt gaan liggen en uw stoma voorzichtig terugduwen in de buik zonder te forceren. Begin aan de top van de stoma. Door uw stoma liggend te verzorgen krijgt de uitstulping zoveel mogelijk de kans om terug te zakken in uw buik.

Om nieuwe zwelling te voorkomen, kunt u extra steun geven door het dragen van steviger ondergoed of een strak hemdje. Trek dit bij voorkeur liggend aan. Ook een breukband kan helpen.

Pas uw stomamateriaal aan (groter uitknippen) om drukplekken en/of beknelling te voorkomen.

Wanneer de prolaps niet reponeerbaar is, lekkage- of pijnklachten geeft of verzorgingsproblemen geeft, kan een operatie nodig zijn. De stoma wordt dan onder narcose weer ingekort.

Risico's van een prolaps

Wordt de prolaps groter? Dan kan het zijn dat de uitstulping zich niet meer spontaan in de buik terug kan trekken. In de meeste gevallen is een prolaps ongevaarlijk, maar in sommige gevallen kan een inklemming ontstaan. De darm trekt zich dan als u ligt niet meer terug. De prolaps kan dan binnen enkele uren langzaam aanzienlijk groter worden en er zou een probleem kunnen ontstaan in de doorbloeding van het stomaslijmvlies. Uw darmslijmvlies wordt dan steeds wat donkerder van kleur, dit kan pijnklachten geven. Soms is dan een operatie noodzakelijk. Het is erg belangrijk dat u dan direct contact opneemt met de stomapoli.

Wanneer contact opnemen?

Neem contact op bij de volgende verschijnselen:

- buikpijn die steeds heviger wordt;
- een blauw/zwarte verkleuring van de stoma;
- geen productie meer van de stoma gedurende de buikpijn.

De stomaverpleegkundige is op werkdagen bereikbaar van **08.30 - 16.00 uur**, telefoon (053) 487 34 41.

Buiten kantooruren kunt u bij bovengenoemde verschijnselen bellen naar het centrale nummer van ons ziekenhuis, telefoon: (053) 487 20 00. Vraagt u naar de dienstdoende specialist.

Als u twijfelt of u wel of niet met spoed contact met ons moet opnemen, kunt u dit het best eerst overleggen met uw huisarts of buiten kantooruren met de dienstdoende huisarts.

Tenslotte

U heeft recht op juiste en volledige informatie. Als iets u niet geheel duidelijk is, vraagt u de verpleegkundige, nurse practitioner of arts dan om nadere uitleg.