

# Checklist Stappenplan zelfzorg

## Preoperatieve fase

U heeft		Paraaf
1	Uitleg gekregen over de wijze van stomaverzorging	
2	Stomamaterialen gevoeld en bekeken	
3	Het oefenen met en dragen van stomamateriaal aangeboden gekregen	

## Kennismaking met de stoma

U heeft		Paraaf
1	Meegekeken met de stomaverzorging	
2	De stoma aangeraakt met een gaasje	
3	Uitleg gekregen over de wijze van stomaverzorging	
4	Meegekeken met het legen van het zakje	



## Instructiefase

U weet		Paraaf
1	Wanneer het stomamateriaal gelegeerd of gewisseld moet worden	
2	Welke materialen klaargelegd moeten worden voor de stomaverzorging	
3	Hoe het stomamateriaal te legen	

U kunt onder begeleiding		Paraaf
1	Het stomamateriaal legen	
2	Het stomamateriaal verwijderen	
3	De stoma en de huid rondom de stoma reinigen	
4	De te knippen opening in de huidplaat controleren en meten	
5	De juiste opening in de huidplaat knippen	
6	Het stomamateriaal aanbrengen	
7	Indien een tweedelig materiaal het stomazakje en de huidplaat wisselen	



U weet		Paraaf
1	Hoe de huid rondom de te reinigen en te drogen	
2	Hoe is de huid rondom de stoma er uit hoort te zien.	
3	Hoe de huid rondom de stoma te verzorgen	
4	Hoe het opvangmateriaal weg te gooien	
5	Bij een urostoma hoe zelfstandig een nachtzak aan te brengen, te verwijderen en te reinigen	

U kunt zelfstandig		Paraaf
1	Het stomazakje legen	
2	Het stomamateriaal verwijderen	
3	De stoma en de huid rondom de stoma reinigen	
4	De te knippen opening in de huidplaat controleren en meten	
5	De juiste opening in de huidplaat knippen	
6	Het stomamateriaal aanbrengen	
7	Indien een tweedelig materiaal het stomazakje en de huidplaat wisselen	

( Uit Richtlijn Stomazorg Nederland V&VN stomaverpleegkundigen, 2012)

