

# Spoelen via colostoma

**De verpleegkundig consulent stomazorg begeleidt mensen die een stoma krijgen of hebben. Daarnaast begeleidt zij mensen bij het aanleren van darmspoelen. De instructie zal poliklinisch plaatsvinden. Draggers van een stoma op de dikke darm kunnen door het toepassen van darmspoelen weer controle over hun ontlastingspatroon verkrijgen. Spoelen kan voor stomadragers ook een goede oplossing zijn bij plakmoeilijkheden en/of huidirritatie. Bijkomend voordeel is een vermindering van darmgas. Na ongeveer 3 tot 6 weken heeft u de zekerheid dat u overdag ontlasting vrij bent.**

## **Instructie**

Spoelen is een kunstmatige manier om de darm te legen. Door het inbrengen van een grote hoeveelheid water in de darm wordt een reflex opgewekt waardoor de darm zich wil legen.

Het beste tijdstip om te spoelen is ongeveer 15 tot 30 minuten na het ontbijt. Op dit moment is de natuurlijke reflex van de darm om zich te legen het sterkst. 's Avonds kan ook, maar niet direct na de maaltijd. U kunt dan misselijk worden. Het is beter om 2 tot 3 uur te wachten. Het beste resultaat bereikt u door regelmatig te spoelen op ongeveer hetzelfde moment van de dag.

In het begin moeten de meeste mensen dagelijks spoelen. De eerste 2 weken adviseren wij 2 keer achter elkaar te spoelen met 300-500 ml. Gaat dit goed, dan kunt u de hoeveelheid water langzamerhand ophogen naar ongeveer 700 ml tot 1 liter in 1 spoeling. De hoeveelheid water die nodig is om de darmen effectief te legen verschilt per persoon.

In de meeste gevallen bent u na een spoeling 24 uur en soms langer tot 48 uur ontlastingsvrij en kunt u proberen om de dag te spoelen. De verpleegkundig consulent bespreekt met u welk ritme voor u het meest geschikt is.

## **Belangrijke aandachtspunten**

In de beginsituatie kunt u nog ontlasting verliezen tussen de spoelingen door.

Voor stomadragers betekent dit dat ze in het begin voor alle zekerheid een stomazakje moet dragen. Wanneer blijkt dat er echt geen ontlasting tussen de spoelingen meer komt, kan het afplakken met een klein zakje, stomapleister of plug voldoende zijn.

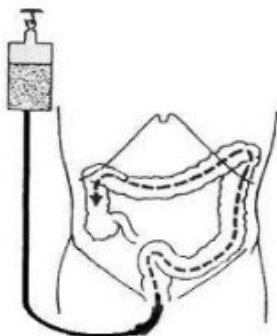
Spoelen kost behoorlijk veel tijd. U heeft in het begin ongeveer een uur nodig. Daarbij neemt u dus ook het toilet of badkamer in beslag. Belangrijk is dat het spoelen ongestoord kan plaatsvinden. Soms kan het daarom nodig zijn

een extra toilet te plaatsen. Hiervoor kunt u een subsidieaanvraag doen bij de gemeente op grond van de Wet Maatschappelijk Ondersteuning (WMO).

In de winterperiode kan het prettig zijn dat de ruimte verwarmd is. Ook is het prettig om wat afleiding bij de hand te hebben.

## Spoelmaterialen

Voor het inbrengen van het water op lichaamstemperatuur in de stoma zijn verschillende producten ontwikkeld.



Het eenvoudigste systeem bestaat uit een waterzak die op schouderhoogte wordt opgehangen. De inloopsnelheid kunt u met een regelklem aanpassen. Het systeem is compact en makkelijk mee te nemen.

Ook bestaat er een oplaadbare spoelpomp (B-Braun Biotrol). De pomp heeft een 2 liter reservoir dat gevuld wordt met water. De kleur van indicatielampjes geven aan wanneer het water de juiste temperatuur heeft. De spoelpomp pompt met de juiste kracht het water in de darm

en zo nodig kunt u met een draaiknop de druk wat meer opvoeren.

## Benodigheden

- spoelsysteem
- 1-2 liter water op lichaamstemperatuur (zo nodig thermosfles om water aan te vullen)
- vaseline (zo nodig)
- toilet
- stomamaterialen
- irrigatiesleeve (afvoerzak)
- bakje om conus in te leggen

## Techniek spoelen met de spoelpomp

- materialen binnen handbereik klaar zetten
- vul de spoelpomp met water (37-38 graden)
- controleer de temperatuur: het groene lampje geeft de juiste temperatuur weer
- ontlucht de slang door de pomp aan te zetten zodat het water in de slang loopt
- stomamaterialen verwijderen, de lange sleeve aanbrengen en in toilet hangen

- breng de conus via bovenzijde van de sleeve in de stoma en houdt deze vast
- laat de afgesproken hoeveelheid water rustig inlopen, ongeveer 100cc per minuut (500cc in 5 minuten)
- conus even inlaten daarna uit stoma halen
- blijf 10 minuten zitten, ga rechtop zitten en masseer zo nodig de buik. In deze tijd zal de darm beginnen te werken en zal er ontlasting met water uit de stoma komen
- na 10 minuten de conus weer inbrengen en het spoelen herhalen
- wanneer dit klaar is, de conus eruit halen en de afvoorzak afsluiten
- wacht een half uur op toilet of loop wat rond
- na het verwijderen van de conus komt de ontlasting met fases, gemiddeld duurt dit 10-30 minuten
- haal de afvoorzak eraf en breng stomamateriaal aan

### *Leverancier*

In Ziekenhuis Gelderse Vallei werken de verpleegkundig consulenten stomazorg samen met twee leveranciers. Deze leveranciers declareren rechtstreeks bij de zorgverzekeraar. Per klant houden zij een persoonlijk besteldossier bij. U kunt de bestellingen telefonisch, via de mail of website doorgeven. De bezorgdienst van de leverancier bezorgt deze kosteloos bij u thuis. Verder hebben ze voor vragen gespecialiseerde verpleegkundigen in dienst. U vindt uw leverancier op uw bezorgbon.

### *De leveranciers zijn:*

- Mediq CombiCare: (0800) 02 37 835
- Mathot: (0800) 24 45 566

### *Reinigen*

De systemen en slangen moet u na gebruik schoon spoelen met water. Giet na gebruik het resterende water uit de pomp of zak en slangen. Maak de slangen schoon. Berg de set op een droge plaats op, uit de buurt van directe warmtebronnen. Gebruikt u een schoonmaakmiddel om de slangen en het systeem aan de binnenzijde te reinigen dan moet u dit goed naspoelen.

## **Vragen**

Heeft u vragen en/of problemen? Neem gerust contact op met de verpleegkundig consulent stomazorg

- Ellen van Manen
- Sigrun Klok

Telefonisch spreekuur op alle werkdagen van 09.00 - 09.30 uur,  
(0318) 43 57 39. E-mailadres: [stomapoli@zgv.nl](mailto:stomapoli@zgv.nl)

Afspraken met de verpleegkundig consulent kunt u maken via het  
afsprakenbureau polikliniek chirurgie, (0318) 43 43 45.