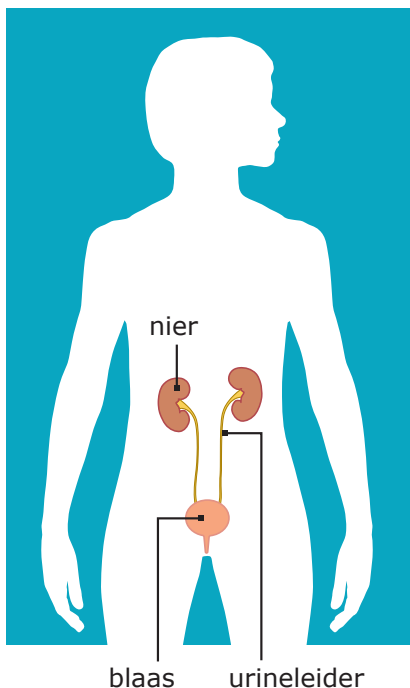
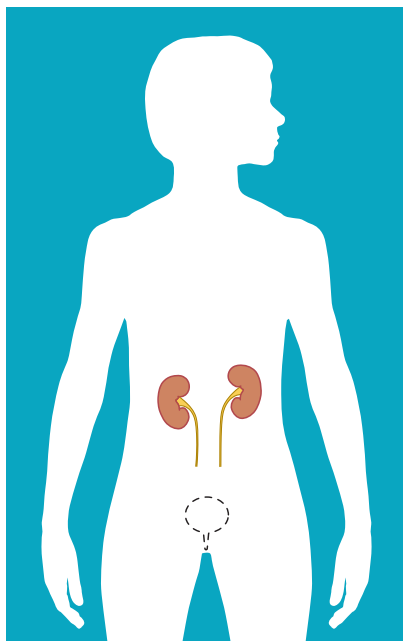


Dit is een urinestoma

natuurlijke situatie



de blaas is weggehaald



De natuurlijke situatie

Je blaas zit onderin je buik.

Plas gaat uit de nieren door de urineleiders naar de blaas.

Je blaas verzamelt de plas totdat je moet plassen.

Wat is een urinestoma?

Een urinestoma is een nieuwe uitgang voor de plas.

Je plas komt vanzelf uit je urinestoma.

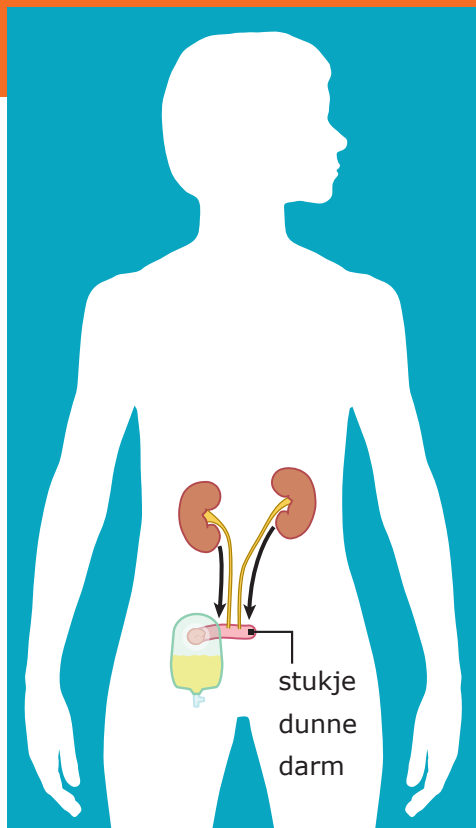
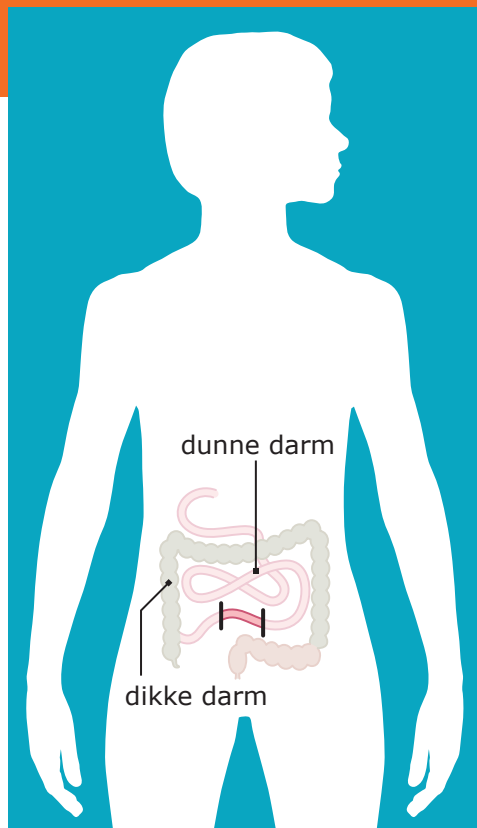
De plas komt in een zakje op je buik.

Wanneer krijg je een urinestoma?

Een urinestoma is nodig wanneer de blaas wordt weggehaald, bijvoorbeeld omdat er kanker in de blaas zit.

Soms is er een andere reden voor een urinestoma.

Bijvoorbeeld dat de blaas niet goed werkt.



Hoe maakt de dokter een urinestoma?

De dokter maakt een urinestoma van een stukje dunne darm.

De dokter maakt het stukje dunne darm vast aan je urineleiders.

De dokter haalt het stukje darm door een opening in je buik naar buiten.

Dit is de stoma.

Je plas loopt nu uit de urineleiders door het stukje dunne darm naar buiten.

Buiten komt je plas in het zakje op je buik.

Heb je vragen? Heb je zorgen? Of heb je problemen?

Praat erover met je stomaverpleegkundige.

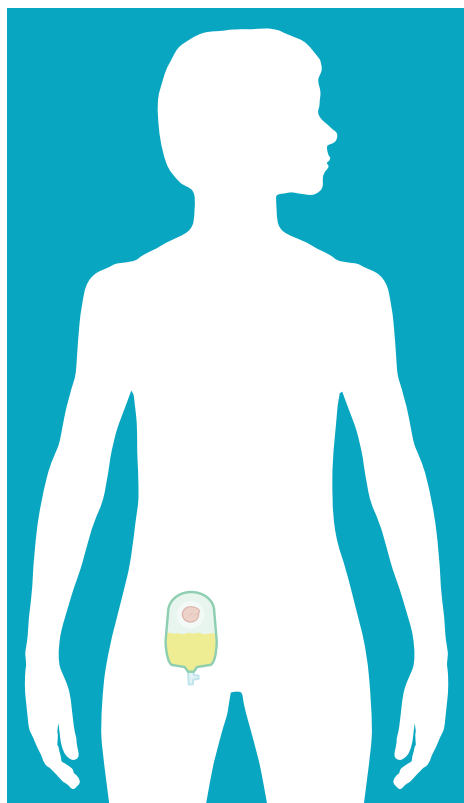
Of neem contact op met de Stomavereniging:

Telefoon Stomavereniging: 030-364 3910

Website Stomavereniging: www.stomawegwijzer.nl

stoma
vereniging

Leven met een urinestoma



stomazakje



Bij een urinestoma komt je plas uit je stoma in een zakje.

Dat zakje heet een stomazakje.

Je leegt het zakje in de wc als het zakje meer dan half vol is.

Dit doe je een paar keer per dag.

Ongeveer één keer per dag verwissel je je zakje.

Je gooit het gebruikte zakje weg.

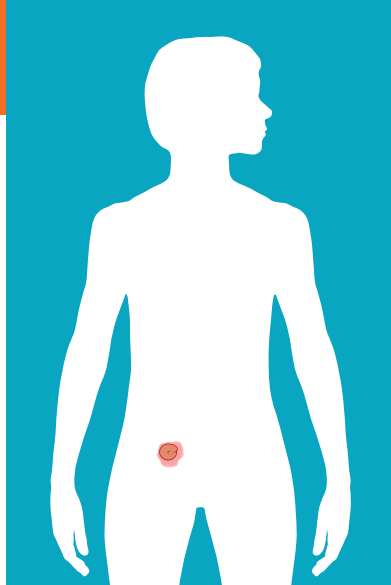
Neem extra stomazakjes mee wanneer je lange tijd van huis bent.

In de nacht kun je een nachtzak gebruiken.

Dan hoef je in de nacht niet uit bed om het stomazakje te legen.



gesprek met stomaverpleegkundige



rode huid met pijn

Veel mensen schrikken wanneer ze horen dat ze een stoma krijgen.
Dat is niet gek.

De meeste mensen wennen na een tijd aan hun stoma.
Zorgen voor je stoma wordt dan een vast onderdeel van je dagelijks leven.
Net zoals bijvoorbeeld douchen of tandenpoetsen.
Met een stoma kun je goed leven.

Soms hebben mensen last van:

- De plas ruikt heel sterk
- De plas komt niet in het zakje, maar loopt erlangs
- Rode huid met pijn
- Pijn in de onderrug

Vertel dit dan aan je stomaverpleegkundige.
Zij kan je hiermee helpen.

Heb je vragen? Heb je zorgen? Of heb je problemen?

Praat erover met je stomaverpleegkundige.

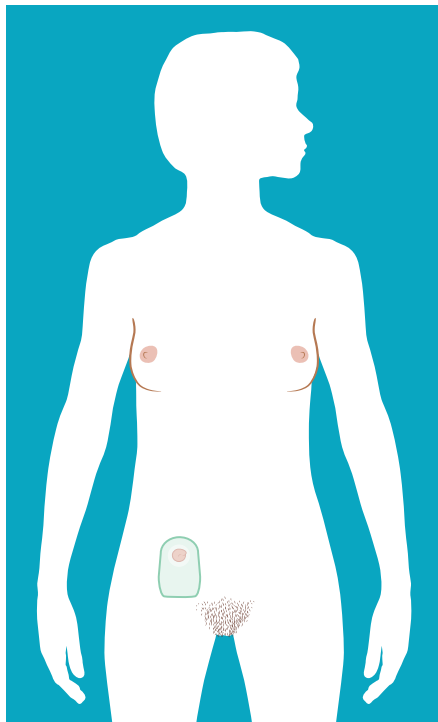
Of neem contact op met de Stomavereniging:

Telefoon Stomavereniging: 030-364 3910

Website Stomavereniging: www.stomawegwijzer.nl

stoma
vereniging

Seksualiteit en een stoma - vrouw



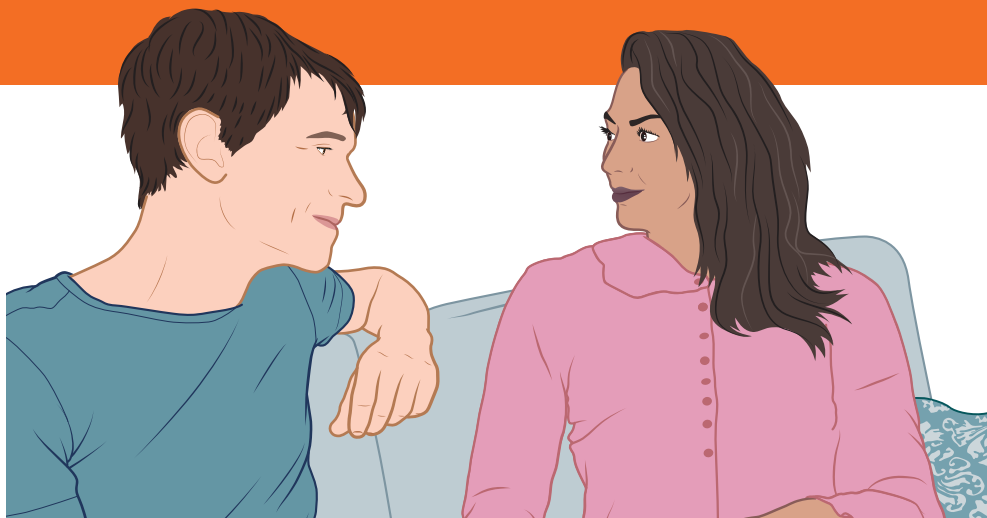
Het krijgen van een stoma kan je seksleven veranderen.

Sommige vrouwen hebben last van:

- Geen zin om te vrijen
- Te moe om te vrijen
- Schaamte voor hun lichaam of voor hun stoma
- Het duurt langer om opgewonden te raken
- De vagina is droger
- Pijn tijdens het vrijen
- Het klaarkomen voelt anders

Niet iedereen met een stoma heeft hier last van.

Als je er last van hebt, kan het ook weer weg gaan.



Deze dingen kunnen misschien helpen:

- Praat met je partner.
Vertel wat je fijn vindt en wat niet.
- Neem rustig de tijd om opgewonden te raken.
- Probeer andere standjes met elkaar.
- Kijk naar een film met seks.
- Doe een nieuw stomazakje op je buik voordat je gaat vrijen.
- Gebruik een mooie hoes voor je stomazakje.
- Soms kan knuffelen ook genoeg zijn.

Heb je problemen met seks?

Praat erover met je dokter of stomaverpleegkundige.

Zij zijn gewend om over seks te praten.

Zij kunnen advies geven.

Heb je vragen? Heb je zorgen? Of heb je problemen?

Praat erover met je stomaverpleegkundige.

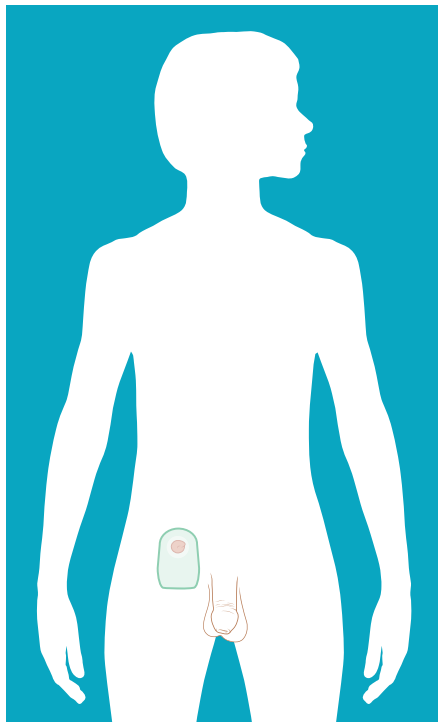
Of neem contact op met de Stomavereniging:

Telefoon Stomavereniging: 030-364 3910

Website Stomavereniging: www.stomawegwijzer.nl

stoma
vereniging

Seksualiteit en een stoma - man



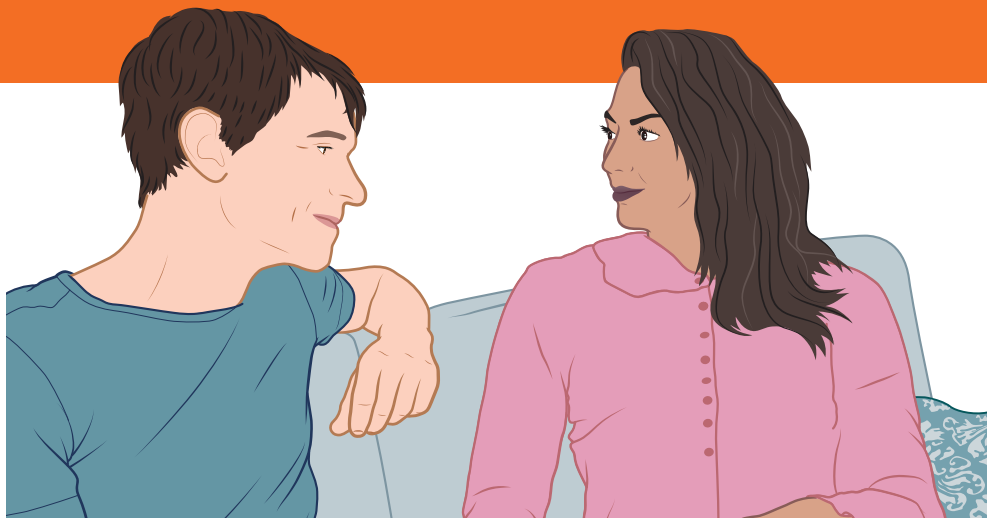
Het krijgen van een stoma kan je seksleven veranderen.

Sommige mannen hebben last van:

- Geen zin om te vrijen
- Te moe om te vrijen
- Schaamte voor hun lichaam of voor hun stoma
- De penis wordt niet meer stijf of minder stijf
- Geen zaadlozing meer
- Het klaarkomen voelt anders
- Zich minder man voelen

Niet iedereen met een stoma heeft hier last van.

Als je er last van hebt, kan het ook weer weg gaan.



Deze dingen kunnen misschien helpen:

- Praat met je partner.
Vertel wat je fijn vindt en wat niet.
- Neem rustig de tijd om opgewonden te raken.
- Probeer andere standjes met elkaar.
- Kijk naar een film met seks.
- Doe een nieuw stomazakje op je buik voordat je gaat vrijen.
- Gebruik een mooie hoes voor je stomazakje.
- Soms kan knuffelen ook genoeg zijn.

Heb je problemen met seks?

Praat erover met je dokter of stomaverpleegkundige.

Zij zijn gewend om over seks te praten.

Zij kunnen advies geven.

Heb je vragen? Heb je zorgen? Of heb je problemen?

Praat erover met je stomaverpleegkundige.

Of neem contact op met de Stomavereniging:

Telefoon Stomavereniging: 030-364 3910

Website Stomavereniging: www.stomawegwijzer.nl

stoma
vereniging