

Körperliche Belastung

Vermeiden Sie übermäßiges Heben und körperliche Arbeiten sowie Sportarten, bei denen die Bauchdecke zu sehr belastet wird.

Gefahr von Stomaprolaps und -hernie!

Generell gilt:

Probieren Sie aus, was Ihnen gut tut und achten Sie dabei auf einen Ausgleich zwischen körperlicher Aktivität und Ruhe.

Medikamente

Sollten Sie **blutgerinnungshemmende Medikamente** (z.B. ASS, Marcumar, Plavix) einnehmen müssen, werden wir in der Regel im Entlassungsbrief eine Empfehlung zum Zeitpunkt der **Wiederaufnahme dieser Medikation** und einer vorübergehenden Spritzenversorgung zur **Thrombosevorsorge** aussprechen.

Wichtige Adressen:

- Deutsche ILCO e.V.
www.ilco.de
- Selbsthilfebund Blasenkrebs
www.blasenkrebs-shb.de
- Deutsche Kontinenz Gesellschaft
www.kontinenz-gesellschaft.de

Was ist sonst noch wichtig?

Azidose (Übersäuerung)

Über die Darmschleimhaut Ihres Conduits können säurehaltige Bestandteile des Urins in Ihr Blut aufgenommen werden. Dies kann zu einer Übersäuerung (Azidose) führen. Lassen Sie deshalb Ihr Blut regelmäßig von Ihrem Urologen kontrollieren (Blutgase, Elektrolyte, Nierenwerte) und gegebenenfalls Ihre säurepuffernde Medikation anpassen.

Vitamin B12-/Folsäurespiegel

Lassen Sie nach ca. 4 Jahren Ihren Vitamin-B12-/Folsäurespiegel überprüfen. Durch das Fehlen Ihres entfernten Dünndarmstückes kann es zu einem Vitamin B12-/Folsäure-Mangel kommen.

Verlust der Erektionsfähigkeit

Beim Mann kann aus der Entfernung von Blase und Prostata bei nicht nervenerhaltender Operation ein Verlust der Erektionsfähigkeit resultieren. Die Sensibilität des Penis und die Orgasmusfähigkeit hingegen bleiben meist erhalten. Ihr Urologe berät Sie über Möglichkeiten und Hilfsmittel, welche eine Erektion auch nach der Operation wieder ermöglichen können.

Bitte suchen Sie Ihren Urologen auf:

- bei akut auftretenden Problemen (Unterbauchschmerzen, blutigem oder übelriechendem Urin, verminderter Ausscheidung, Fieber, Schüttelfrost)
- zur regelmäßigen Ultraschallkontrolle von Harntrakt und Restharn
- zur Tumornachsorge

Ansprechpartner

Dominik Öhrlein

Gesundheits- und Krankenpfleger

Pflegeexperte Stoma-Kontinenz-Wunde
FgSKW e.V.

Wundexperte ICW e.V.

Tel.: 0931/791-6089

dominik.oehrlein@kwm-klinikum.de

Wir wünschen Ihnen weiterhin beste Genesung und eine schnelle Rückkehr zu einer für Sie bestmöglichen „Normalität“!

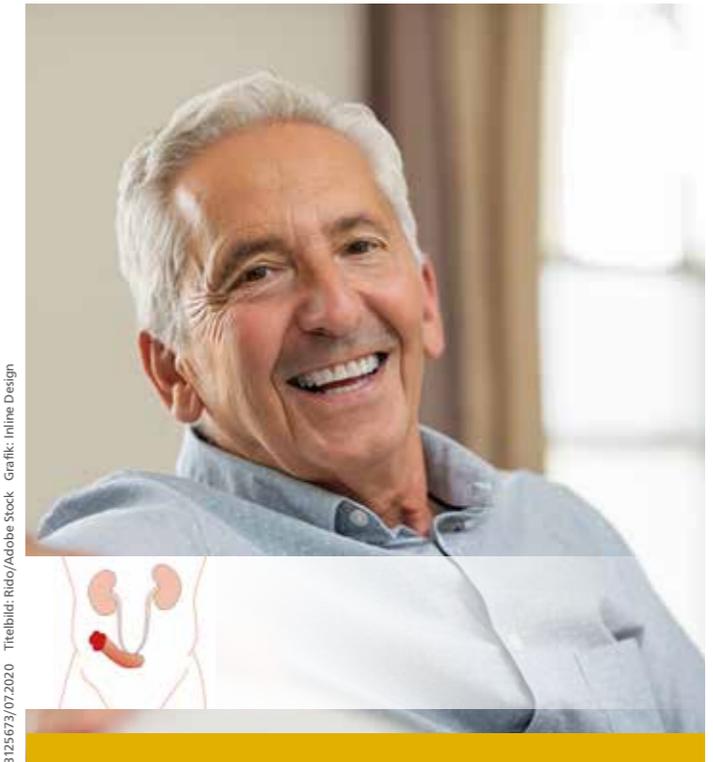
Bei Fragen steht Ihnen das Team der urologischen Abteilung der Missioklinik gerne zur Verfügung:

Tel.: 0931/791-2841

Fax: 0931/791-2845

urologie.missioklinik@kwm-klinikum.de

KWM **Missioklinik**



3125673/07.2020 Titelbild: Rido/Adobe Stock - Grafik: Inline Design

Ratgeber für Patienten

nach Anlage eines Ileum-Conduits
(Urostoma)

Julius-Spital & Missioklinik seit 2017 eins!
KWM **Klinikum** Würzburg
Mitte

Klinikum Würzburg Mitte gGmbH
Standort Missioklinik
Salvatorstraße 7 · 97074 Würzburg

www.kwm-missioklinik.de

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient!

Sie haben sich nach eingängiger Beratung durch Ihre Ärztin/Ihren Arzt zu einer Blasenoperation mit Anlage eines Urostomas, in diesem Fall eines **Ileum-Conduits**, entschieden.

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen einen kleinen Ratgeber an die Hand geben, in dem die wichtigsten Aspekte im Umgang mit Ihrem Stoma nochmals kurz und anschaulich zusammengefasst sind.

Trinkmenge

Die tägliche Flüssigkeitszufuhr eines ansonsten gesunden Erwachsenen sollte nach Ihrer Blasenoperation **2 Liter** betragen. Patienten mit Herz- oder Niereninsuffizienzen richten sich bezüglich der Trinkmenge bitte nach den Angaben ihrer Cardio- bzw. Nephrologen.

Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist gerade bei Ihnen wichtig, da die Darmschleimhaut Ihres Conduits vor allem in den ersten Wochen nach der Operation, vermehrt Schleim bildet, welcher bei unzureichender „Spülung“ eindicken kann. Außerdem ist sie notwendig, um die Problematik übermäßiger Keimvermehrung und Harnsteinbildung zu verhindern.

Versorgungswechsel

Bei einer zweiteiligen Stomaverorgung sollte die **Basisplatte alle 2 - 3 Tage**, der **Beutel jeden Tag** gewechselt werden. Es empfiehlt sich den Wechsel vor dem Frühstück durchzuführen, da der Urinfluss zu diesem Zeitpunkt am geringsten ist.



Legen Sie sich alle Materialien, die Sie benötigen, auf einer sauberen Oberfläche in Reichweite zurecht:

- Vlieskompressen (mit Wasser befeuchtete und trockene nach Bedarf)
- neue Stomaversorgung
- evtl. Schablone und Schere, wenn Sie keine vorgestanzten Hautschutzplatten verwenden
- Hautschutzringe, Paste, um eventuelle Hautunebenheiten auszugleichen
- evt. Rasierer, Spiegel
- Abfallbeutel oder -eimer

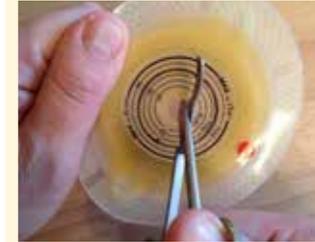
Befreien Sie sich von störender Kleidung und nehmen Sie die für Sie am besten geeignete Position ein (Stehen oder Sitzen).

Schritt für Schritt

- 1. Entfernen Sie zunächst vorsichtig Ihre alte Versorgung**, indem Sie die Haut um das Stoma mit einer Hand etwas straffen und mit der anderen Hand den Hautschutz vorsichtig von oben nach unten lösen. Sie können das Ablösen des Hautschutzes mit wassergetränkten Vlieskompressen zusätzlich unterstützen.
- 2. Reinigen Sie zuerst das Stoma** und dann, getrennt davon, die Haut um das Stoma mit den wassergetränkten Kompressen in kreisenden Bewegungen vom Stoma weg, um die Gefahr von Harnwegsinfekten zu verringern.
- 3. Trocknen Sie die Haut** schließlich gut mit trockenen Kompressen ab. Eine Reinigung mit Seife oder Waschlotion ist in der Regel nicht nötig! Waschzusätze und Cremes, etc. können die Haftungseigenschaften der Stomaversorgung nachteilig beeinflussen.
- 4. Bitte entfernen Sie regelmäßig Haare und Stopeln** auf der angefeuchteten, stomaumgebenden Haut mit einem Einmalrasierer. Wenn Sie die Härchen stehen lassen, reißen diese beim Entfernen der Versorgung aus, was zu unangenehmen Haarbalgentzündungen führen kann.



Achten Sie bitte darauf, dass die neue Versorgung **exakt Ihrem Stoma entsprechend** ausgeschnitten ist. Ist der Ausschnitt zu groß oder zu klein, wird



die Versorgung unterwandert und haftet nicht mehr richtig. Hautreizungen können die Folge sein.

- 5. Entfernen Sie die Schutzfolie** von der neuen Versorgung, positionieren Sie diese und drücken Sie sie von unten nach oben an. Halten Sie gegebenenfalls kurz die Luft an, um den Urinfluss



vorübergehend zu stoppen. Modellieren Sie anschließend den Hautschutz kreisend von innen nach außen gut an.

- 6. Bei Hautunebenheiten** oder einem Stoma unterhalb des Hautniveaus können Paste, Hautschutzringe und Modellierstreifen oder gewölbte (= konvexe) Versorgungssysteme sowie Fixiergürtel helfen, eine optimale Haftung zu gewährleisten.

Die Stomaberater des KWM und Ihres Home-care-Unternehmens werden Sie beim Einsatz all dieser und anderer Hilfsmittel beraten.