



## Hinweise auf Themen und Inhalte für die Information und Anleitung von Stomaträgern in Rehakliniken

**Die nachfolgenden Hinweise auf Themen und Inhalte, die bei der Information und Anleitung von Stomaträgern in Rehakliniken angesprochen werden sollten, wurden von der Deutschen ILCO vor dem Hintergrund vieler Gespräche mit Stomaträgern zusammengestellt. Dabei zeigten sich immer wieder z.T. gravierende Mängel in den Kenntnissen, die ein Stomaträger aber haben muss, um das Stoma und die damit verbundenen Schwierigkeiten bewältigen und ein selbstbestimmtes und selbstständiges Leben mit dem Stoma führen zu können.**

### Medizinische Information über Stoma und eventuelle Folgen

individuell

- Grundkrankheit
- Stomaart; ggf. Besonderheiten
- Entfernter Darmanteil (was wurde entfernt und wie viel)

allgemein

- Bei Darmstoma: grundsätzliche Unterschiede in der Stuhlkonsistenz und Stuhlhäufigkeit, bedingt durch die Art des Stomas bzw. Länge des entfernten Darmabschnittes  
Colostomie: eher fester Stuhl, Ileostomie: eher weicher bis flüssiger Stuhl, häufige Ausscheidungen
- Welche Risiken für Stomakomplikationen es gibt und wie man vorbeugen kann
- keine zu großen Lasten – jedoch individuell verschieden – wegen Bruchgefahr, Verletzungsgefahr, z.B. beim Sport
- Erkennen von medizinischen Stoma-Komplikationen, die einer weiteren Abklärung/Behandlung bedürfen (Blutungen aus dem Stoma – nicht der Schleimhaut, Prolaps, Bruch, Stenose, farbliche Änderung der Schleimhaut oder eines Teils der Schleimhaut, geschwürige Veränderungen am Stoma bzw. am Übergang Stoma-Haut)
- Welche stomabezogenen Kontrolluntersuchungen notwendig sind (Inspektion Stoma und Haut / Austastung des Stomas)  
Wer sie durchführt (niedergelassener Internist/Gastroenterologe)  
Wer sie organisiert (Hausarzt? Klinik?)
- Was ggf. am Arbeitsplatz und bei Freizeitaktivitäten zu beachten ist (möglicherweise Einschränkungen durch Heben von Lasten, gebückte oder gereckte Haltungen, Verletzungsgefahr...)

### Information über Ernährung

- Dass es keine „Stoma-Diät“ gibt
- Wie man die Nahrungsmittel oder Nahrungszubereitung herausfinden kann, welche der Sicherheit der Stomaversorgung und der eigenen Lebensqualität dienen

### Information, Anleitung im sachgerechten Gebrauch der Stomaversorgung

- Welche grundsätzlichen Versorgungssysteme es gibt: Einteiler, Zweiteiler, geschlossene Beutel, Ausstreifbeutel, Nachtbeutel, Irrigation usw.  
Welche zusätzlich notwendigen Hilfsmittel ggf. benötigt werden können: Paste, Puder, Hautschutzlotion usw.
- Welche Kriterien für die Auswahl einer individuell angepassten Stomaversorgung ausschlaggebend sind: Sicherheit, lange Haftung, Hautverträglichkeit, Aktivitäten, Kleidungsgewohnheiten – unter Beachtung der Wirtschaftlichkeit der Versorgung

- Was für die Durchführung der Versorgung des Stomas benötigt wird: Beutel bzw. Basisplatte mit entsprechendem Lochausschnitt, Abfallbeutel, pH-neutrale Seife, Wasser, Toilettenpapier zum Abnehmen des Stuhls, Einmalmaterial zum Feuchtreinigen von Stoma und Haut und zum Trocknen, ggf. Paste, Puder, Lotion
- Wie Versorgungsproblemen vorgebeugt werden kann: korrekter Lochausschnitt, Wahl des Zeitpunktes des Versorgens, riskante Stellen wie Vertiefungen usw. vorbehandeln, keine Verwendung von aggressiven Reinigungsmaterialien oder fetthaltigen Cremes
- Woran man Probleme mit/in der Stomaversorgung erkennt: schnelles Undichtwerden, Hautrötungen, Juckreiz, nässende oder entzündete Stellen
- Was kleinere Probleme mit der Stomaversorgung sind: schnelles Unterwandern der Versorgung/verkürzte Haftungszeit, Hautrötung, Juckreiz  
Wie man sie selbst lösen kann: besondere Sorgfalt bei der Reinigung und dem neu Versorgen, ungünstige Bewegungen kurz nach dem Wechsel vermeiden, ggf. Vertiefungen o.ä. vorbehandeln, Ernährung bzw. einzelne Bestandteile der Nahrung ändern, andere Seife/Reinigungsmittel benutzen, Versorgungsartikel anderer Hersteller ausprobieren - wenn all das nicht zum Erfolg führt: weitere Abklärung/Behandlung bei Fachleuten).
- Welche Kriterien einen Produktwechsel rechtfertigen können: Sicherheitsgewinn, längere Haftung, bessere Hautverträglichkeit  
keine Umstellung in der Rehaklinik bei Vorhandensein eines sicheren und gut haftenden Versorgungssystems
- Welche Stomaversorgung bei Entlassung benutzt wird: Bezeichnung, Hersteller inkl. der für seine optimale Versorgung notwendigen zusätzlichen Hilfsmittel
- Die verschiedenen Möglichkeiten des Bezugs von Stomaversorgungsartikeln: alle möglichen Bezugsquellenarten nennen: Sanitätshäuser, Apotheken, Versandhandel, Home-Care
- Was bei der Verordnung von Stomaversorgungsartikeln durch den Arzt zu beachten ist und welche Zuzahlungsregelung für Stomaversorgungsartikel gilt
- Wer in Wohnortnähe möglicher Ansprechpartner bei Stoma-Versorgungsproblemen ist

### **Information über psychosoziale und soziale Hilfen**

- Dass es eine Selbsthilfevereinigung der Stomaträger – die Deutsche ILCO – gibt, an die der Stomaträger sich wenden kann/sollte
- Wenn möglich: Wer und wo in Wohnortnähe der Ansprechpartner der ILCO ist, sonst Adresse des ILCO-Bundesverbandes
- Dass bei Bedarf weitere psychosoziale Unterstützung möglich ist: Beratungsstellen, Psychologen, ggf. Ansprechpartner am Wohnort/in Wohnortnähe
- Information über die Regelungen zur Reduzierung der Belastungsgrenzen (verringerte Zuzahlungen bei anerkannter schwerwiegend chronischer Erkrankung)
- *bei Bedarf*: Dass und wie berufliche (Re)Integration eingeleitet werden kann: Ansprechstellen ggf. am Wohnort/in Wohnortnähe
- *bei Bedarf*: Dass Anspruch auf einen Schwerbehindertenausweis besteht /Vor- und Nachteile / wie man ihn beantragt