

Adieu Dickdarm. Willkommen neues Leben.

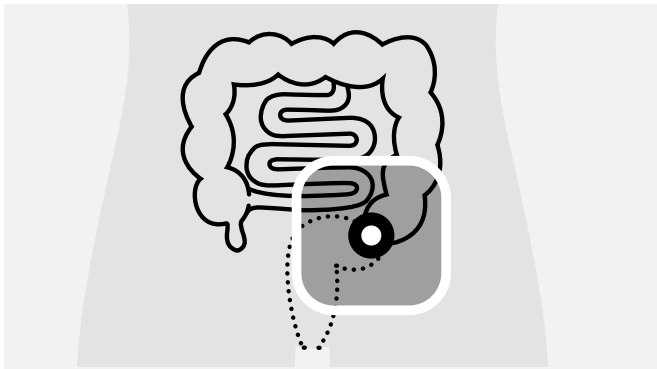
Ein künstlicher Darmausgang (Stoma) kann vor allem bei Colitis ulcerosa eine Chance sein. Denn wenn der Dickdarm nicht mehr da ist, kann er sich auch nicht entzünden. Für Betroffene mit hoher Krankheitsaktivität kann sich ein Stoma deshalb wie ein Neuanfang anfühlen. Sie gewinnen die Kontrolle über ihren Darm zurück und damit eine ganz neue Lebensqualität.

Der Gedanke, dass der Stuhlgang plötzlich durch ein Loch im Bauch herauskommen soll, sorgt verständlicherweise für Ängste und Verunsicherung. Manchmal ist die Entscheidung für ein Stoma aber der einzige Weg – egal ob vorübergehend oder dauerhaft.

Was ist eigentlich ein Stoma?

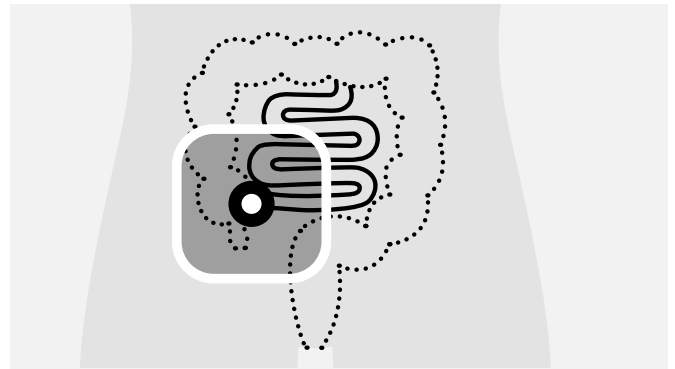
Ein Stoma ist eine operativ angelegte Öffnung in der Bauchdecke, durch die ein Stück Darm nach außen gelegt wird. Es sieht rot aus, weil es sich um Schleimhaut handelt, und tut bei Berührung nicht weh.

Es gibt **verschiedene Arten von Stomata**, je nachdem welcher Darmabschnitt betroffen ist:



Kolostoma

Der Dickdarm wird nach außen verlegt, der Schließmuskel kann abhängig vom erkrankten Darmabschnitt evtl. erhalten bleiben, sodass das Stoma zurückverlegt werden kann.



Ileostoma

Der Dünndarm wird nach außen verlegt, der Dickdarm komplett oder in Teilen entfernt. Bleibt der Schließmuskel erhalten, kann aus dem Dünndarm evtl. eine Art Reservoir (Pouch) gebildet werden, der nach Abheilung wieder an den Schließmuskel angeschlossen werden kann.

Wo kommt das Stoma hin?

Der Ort muss individuell genau überdacht werden. Der Beutel sollte nicht am Hosen- oder Rockbund drücken und für den/die Betroffene:n gut zu sehen sein. Schließlich muss er oder sie das Stoma anschließend selbst versorgen können.

Leben mit einem Stoma

Keine Frage: Den Umgang mit einem Stoma muss man erst lernen. Dafür gibt es Stomatherapeut:innen. Sie helfen bei der Auswahl einer gut sitzenden Klebeplatte für den Beutel und geben Empfehlungen für die Hautpflege. Wenn ein Stoma gut versorgt wird und der Beutel korrekt sitzt, riecht man wirklich nichts. Übrigens: Nach einer Stoma-OP kann man ein ganz normales Leben führen. Außerdem hat man zumeist nur noch 5 bis 6 Stuhlgänge pro Tag, die man selbst kontrollieren kann.

Möchten Sie mehr erfahren oder Kontakt zu anderen Betroffenen aufnehmen?

Dann besuchen Sie die Website von ILCO – dem Selbsthilfeverein der Stomaträger:innen.
www.ilco.de

