Verzorging van het tracheostoma

Begrijpelijke voorlichting met animatievideo's
Dit is de papieren versie van digitale voorlichting met animatievideo's.
Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de voorlichting.

Inleiding



U heeft een tracheostoma. Het is belangrijk dat u deze goed verzorgd. U krijgt hier informatie over hoe u dit doet.

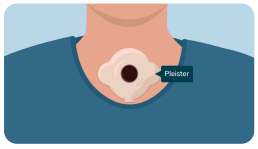
Waar bestaat het tracheostoma uit?

De tracheostoma



Bij een tracheostoma maakt de arts een opening in de hals. Hierin wordt de luchtpijp vastgezet. Zo ontstaat een nieuwe doorgang om te ademen.

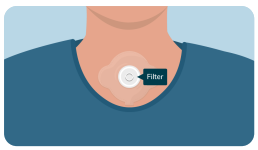
De pleister



Rondom het tracheostoma zit een speciale pleister. Deze pleister zorgt ervoor dat het filter geplaatst kan worden. Laat de pleister maximaal 3 dagen zitten. Is de pleister vuil? Of plakt hij niet meer goed? Vervang hem dan eerder.

Het filter

Normaal filteren de neus, mond en keelholte de lucht die u inademt. Dit kan bij u niet meer. Daarom plaatst u een filter op het tracheostoma. Het filter maakt de lucht warm, zuiver en vochtig.



Om te kunnen praten, moet u het filter indrukken.

De stemprothese

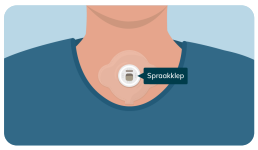


Een stemprothese (button) is een klein ventieltje tussen de luchtpijp en de slokdarm. U kunt praten door het filter in te drukken.

Hoe werkt het?

1. Nadat u inademt, sluit het stoma (het gaatje in je hals) af door het filter in te drukken.
2. De lucht gaat dan van uw longen naar de stemprothese.
3. Daarna gaat de lucht naar uw keel en mond.
4. Zo kunt u geluid maken en praten.

Spraakklep



Patiënten met een tracheostoma hebben geen stembanden meer. Met een spraakklep kunt u toch praten zonder uw hand te gebruiken. De uitgeademde lucht gaat via een stemprothese naar de slokdarm. Zo zorgt de spraakklep voor stemgeluid.

De plug (gebruiken bij lekkage)



Een plug is een klein dopje voor uw stemprothese. Het helpt om te voorkomen dat er eten of drinken in uw luchtpijp komt als uw de stemprothese lekt. Dit merkt u als er drinken uit uw stoma komt of u na het drinken moest hoesten.

Hoe werkt het?

1. U plaatst de plug in de stemprothese.
2. De plug sluit de stemprothese af.
3. Hierdoor kan er geen eten of drinken door de stemprothese in uw luchtpijp komen.

Met de plug in, is spreken niet meer mogelijk.

Voorbereiding



Handen wassen

Was uw handen voordat u begint.

Leg de volgende spullen klaar:



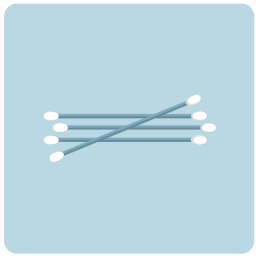
Lamp met spiegel

Ga voor de speciale lamp met spiegel zitten.



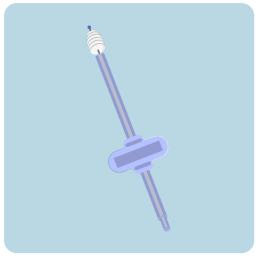
Gaasjes

Leg het pakket met gaasjes bij u neer. Dit zijn gaasjes van 10 bij 10 centimeter.



Wattenstaafjes

Leg wattenstaafjes klaar.



Rager

Leg de rager klaar.



Pincet

Leg een pincet klaar.

Spray

U heeft een spray met natriumwaterstof-carbonaat of natriumchloride. Zet de spray klaar.



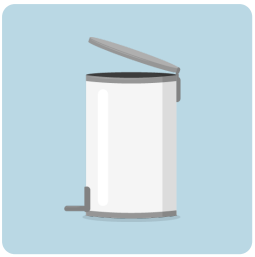
Nieuw filter

Leg een nieuw filter klaar.



Remover doekjes

Leg de remover doekjes klaar.



Vuilnisemmer

Zorg ervoor dat u het vieze materiaal kunt weggooien.

Het tracheostoma verzorgen

Animatievideo

Deze tekst hoort bij een animatievideo. Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de video.

Uitgesproken tekst van de video

Haal eerst het filter van het tracheostoma af.
Haal het slijm of de korsten weg met een gaasje of een pincet.
Adem nu in.
Spray tegelijkertijd in het tracheostoma.
Hoest daarna goed.
Haal weer het slijm weg met een gaasje.
Maak daarna de rand van het tracheostoma schoon met wattenstaafjes.
Schuif met een draaiende beweging de rager in de stemprothese.
Haal de rager er daarna weer uit met een draaiende beweging.
Zet als laatste het filter weer terug op het tracheostoma.

Pleister vervangen

De pleister mag drie dagen blijven zitten. Vervang daarna de pleister. Laat de pleister los of is deze vies? Vervang de pleister dan eerder.

Smeer de oude pleister in



Smeer de oude pleister in met een remover-doekje. Hierdoor laat de pleister makkelijker los.

Haal de oude pleister weg



Maak de pleister voorzichtig los. Trek voorzichtig aan de rand van de pleister.

Verwarm de nieuwe pleister



Maak de nieuwe pleister warm. Leg de pleister tegen uw huid. Uw huid verwarmt de pleister.

Maak de huid schoon



Maak een gaasje nat onder de kraan. Poets uw huid schoon met het gaasje. Zorg dat alle plakresten weg zijn. Maak daarna de huid droog met een gaasje.

Plak de pleister



Maak de beschermfolie los. Houd je vleugels van de pleister vast. Plaats de ring over het tracheostoma. Plak de pleister op de huid.

Wrijf over de pleister



Zorg dat de pleister helemaal vast zit. Wrijf daarom met één vinger over de pleister. Druk goed op de pleister.

Leefstijl

Douchen met een douchebeschermer



Gebruik tijdens het douchen een douchebeschermer voor het tracheostoma. Doet u dit niet? Dan kan er tijdens het douchen water via het stoma in de longen stromen.

De douchebeschermer is een blauw, gebogen pijpje. De douchebeschermer plaatst u op de stomapleister. Plaats de opening naar beneden. Zo stroomt het water langs de douchebeschermer naar beneden.

Scheren



Gaat u zich scheren? Draag dan een stomapleister met filter. U voorkomt zo dat kleine haartjes in het stoma terechtkomen.

Eten en drinken

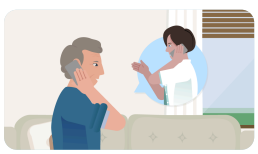


Met een tracheostoma kunt u weer vrijwel alles eten en drinken. Sommigen ervaren moeite met bijvoorbeeld taai vlees of harde korsten brood.

De smaak kan na de operatie wel anders zijn dan daarvoor. Dit komt omdat de reuk verminderd is. De reuk bepaalt mede de smaak.

U kunt zich niet meer verslikken, omdat de luchtpijp in de hals is vastgehecht en de luchtpijp geen directe verbinding heeft met de slokdarm. De luchtpijp en de slokdarm zijn alleen met elkaar verbonden door de stemprothese. Het is alleen mogelijk dat eten of drinken in de luchtpijp loopt wanneer de stemprothese lekt.

Wat te doen bij problemen?



Kunt u niet meer praten? Of lekt uw stoma? Neem dan contact op met het ziekenhuis. Gebeurt dit doordeweeks tussen 08.00 uur en 17.00 uur? Bel dan de poli. Gebeurt dit op een ander moment? Bel dan het algemene nummer van het ziekenhuis.

Heeft u minder dringende problemen? Neem dan doordeweeks tussen 08.00 uur en 17.00 uur contact op met de poli.