

Academie voor zelfzorg

Sevagram



Verzorging van uw tracheostoma

Voor eigen regie waar het kan en *professionele zorg* waar nodig.

Over Sevagram

Wij zijn een zorgorganisatie in Zuid-Limburg (Heerlen, Maastricht en het Heuvelland) gericht op ouderenzorg in onze zorglocaties, revalidatie en kort verblijf in Plataan in Heerlen, palliatieve zorg in onze hospices én paramedische zorg voor iedereen!

Als enige organisatie in Limburg met het Planetree Mensgerichte Zorg certificaat. Daar zijn we trots op!

Planetree-organisaties laten zien dat zij voortdurend bezig zijn om de zorg vóór en het welzijn ván cliënten of patiënten elke dag nog een beetje beter te maken.

Zelfzorg voor iedereen...

Wat is een tracheostoma?

Het strottenhoofd heet in medische termen de larynx. Bij een laryngectomie wordt het strottenhoofd verwijderd. Dat betekent dat ook de stembanden verwijderd worden. Tijdens de operatie wordt de luchtpijp in de hals gehecht. Hierdoor ontstaat een tracheostoma. Dit stoma is blijvend.

Vorbereiding

Een goede hygiëne is heel belangrijk. Hoe zorg je voor een goede hygiëne?

- Zorg voor een schoon werkveld. Gebruik hiervoor een schone handdoek of theedoek.
- Doe uw handsieraden en polssieraden af.
- Was uw handen goed. Zeep uw handen en polsen goed in. Doe dit tenminste 15 seconden. Was ook goed tussen uw vingers, uw duimen en de bovenkant van de handen.
- Droog uw handen met een schone handdoek of wegwerphanddoekje. Draai met diezelfde doek ook de kraan dicht. Neem elke dag een schone handdoek.
- Laat geen huisdieren in de buurt wanneer u uw tracheostoma verzorgt.
- Zorg ervoor dat u tijdens de verzorging niks aanraakt wat niet nodig is.
- Bewaar uw verzorgingsmaterialen in een afgesloten kast of box.
- Knip u een verband of pleister af? Desinfecteer dan eerst de schaar waarmee u knipt met alcohol 70% (deze is te koop bij de drogist of apotheek).

Benodigdheden

- Eventueel onsteriele handschoenen
- Flesje NaCl 0,9 % of natrium bi-carbonaat
- Sprayflesje
- Onsteriele 5x5-gazen
- Onsteriele 10x10-gazen
- Kniepincet
- Filter

- Zaklampje of penlight.
- Spiegel.
- Nieuw pleister of nieuw bandje/clips.

Voor reinigen stemprothese:

- lampje met smalle bundel, penlight.
- borsteltje (brush) of blaasbalgje (flush) voor reinigen stemprothese.

Verzorging van de stoma

- Ga rechtop zitten of rechtop staan.
- Verwijder de stomapleister, larytube of button en de HME filter.
 - o Doe de pleister in de afvalbak.
 - o Reinig de larytube of button onder stromend water. Zorg dat de larytube en of button droog en stofvrij is en leg deze op een gaasje.
- Druppel of spray zonodig met NACL 0,9% of natrium bi-carbonaat en hoest het slijm via de aangeleerde techniek op.
- Schijn met de zaklamp in de tracheostoma en inspecteer de stemprothese.
- Bij gebruik borsteltje (Brush):
 - o Breng het borsteltje tot aan de blauwe rand, ongeveer 1 cm diep, in de stem prothese. Beweeg de borstel al draaiend voor- en achteruit.

Veeg het slijm af aan een gaasje. Herhaal tot de stemprothese schoon is. Soms is het nodig de schacht van het borsteltje te buigen, waardoor je vanuit verschillende hoeken de stemprothese kunt benaderen.

- Bij gebruik blaasbalgje (Flush)
 - o Zuig het blaasbalgje vol met lucht, druk het puntige uiteinde in de spraakprothese en knijp de ballon samen.
- Controleer met de zaklamp of de stemprothese schoon is.
- Controleer of de stemprothese de juiste positie heeft. Het lipje van de stemprothese moet naar beneden wijzen.
- Trek de handschoenen uit.

Verzorging van de huid en plaatsen pleister, larytube of button

- Maak de huid rondom de opening in de hals droog met een gaasje. Indien nodig reinigen met een vochtig gaasje.
 - o Bij gebruik van een pleister
 - Zorg dat de pleister een beetje warm is. Dit doe je door de achterkant in je handen warm te wrijven.
 - Trek de huid strak op het moment van het plakken van de pleister.
 - Masseer de pleister wanneer deze op de huid zit, om hem iets steviger te fixeren.
 - o Bij gebruik larytube
 - Gebruik indien nodig K-Y gel.
 - Breng de larytube voorzichtig in het stoma.
 - Bevestig deze met een bandje of met clips.
 - o Bij gebruik button
 - Vouw de button 2 keer op tot een klein roosje.
 - Plaats de button in het stoma en laat deze rustig ontplooiën.
 - Bevestig deze met een bandje of met clips.
- Plaats de HME op de stomapleister, larytube of button.

Aandachtspunten

- Vervang de stomapleister bij lucht lekkage of loslating. Vervang de HME dagelijks.
- Probeer voor de zorg eventueel sputum op te hoesten en spray volgens afspraak met natriumbicarbonaat om het slijm soepel te houden.
- Smeer de binnenrand van de tracheostoma in met vaseline- of lanolinezalf volgens afspraak. Dit is om de opening in de hals soepel te houden. Gebruik geen zalf op vetbasis wanneer u zuurstof gebruikt.
- Spoel het borsteltje (brush) na gebruik met water en droog het af. Gebruik het borsteltje uiterlijk 1 maand.
- Pas op met water. Water kan namelijk via het stoma rechtstreeks in de longen komen. Scherm daarom tijdens het douchen het stoma af met een douchebeschermer.
- Draag altijd een beschermfilter of bef om irritatie van de luchtpijp te voorkomen. Hierdoor voorkom je korstvorming.

Complicaties

- Ernstige benauwdheid na het verwijderen van de larytube of button.
 - o Breng de larytube of button zo snel mogelijk weer in.

- Irritatie of beschadiging van de huid rond de stoma.
 - o Gebruik huidbeschermers volgens afspraak.
- Stomapleister plakt niet goed.
 - o Maak de pleister warm met de handen, indien men gebruik maakt van huidbeschermers dient dit goed te drogen.
- Stemprothese verschuift.
 - o Waarschuw een arts.
- Lekkage van vocht door de stemprothese.
 - o U mag niet eten of drinken, plaats indien mogelijk een plug en neem contact op met uw arts.

Informatie

Websites gebruikt voor de folder en te raadplegen bij vragen

- <https://www.mumc.nl/patient-bezoeker/specialismen-afdelingen/academie-voor-patient-en-mantelzorger/patientenfolders>
- www.pvhh.nl
- www.atosmedical.nl
- Vilans protocollen

Contact

Heeft u nog vragen over de instructie neem dan contact op met de academie voor zelfzorg via:

- E-mail: academie.zelfzorg@sevagram.nl
- Telefoonnummer: **088 991 20 40**