



Mut zur Lebensfreude

Fatima ist seit über 20 Jahren mit Leib und Seele Pflegefachfrau und hat ihre Passion in der Stomaberatung gefunden. Ihre Expertise und ihre Freude an der Arbeit sind jederzeit spürbar. Auf dem Weg zu Frau K. erzählt sie mehr über das Mysterium Stoma.

Stoma ist vom griechischen Wort «Mund» abgeleitet

Ein Stoma bezeichnet eine künstlich geschaffene Hautöffnung, die den Darm nach aussen führt. Dieser Ausgang ermöglicht die Ableitung von Stuhl, wenn der natürliche Ausscheidungsweg nicht funktioniert.

Nach Unfällen, bei Darmtumoren oder chronischen Darmerkrankungen braucht es oft ein Stoma: Fast jeder kann davon betroffen sein. Bei Darmoperationen wird meist ein Stoma geplant, damit sich der Darm vom Eingriff erholen kann. Ob vorübergehend oder dauerhaft: Die Beratung durch Fachleute sowie die Pflege sind entscheidend für die Lebensqualität mit einem Stoma.

Fatima lernte Frau K. im Spital kennen. Bereits vor der Operation hat sie sie ausführlich beraten und danach in der Anpassungsphase unterstützt. Frau K. schätzt Fatima sehr: «Ihre wertvollen Tipps nahmen mir die Angst. Heute schätze ich das Stoma, das mir einen schmerzfreien und normalen Alltag ermöglicht. Die Besuche von Spitex Zürich geben mir Sicherheit.»

Beratung und Behandlung - ein umfassender Ansatz

Ein Stoma verursacht keine Schmerzen, denn die Darmschleimhaut, die nach aussen ausgeleitet wird, hat keine Nerven. Das Stoma sieht aus wie eine Rose, ist feucht und gut durchblutet. Fatima staunt immer wieder über die Anpassungsfähigkeit des Darms, der auch an der Bauchdecke weiterhin funktioniert. Im Magen verdaute Nahrung wandert statt in den Mastdarm in den Stomabeutel. Dieser lässt sich mit ein wenig Übung einfach wechseln. Dabei unterstützen die Mitarbeitenden der Pflege-Teams von Spitex Zürich. Das Team der Stomaberatung wird zum Lösen von Problemen wie Undichtigkeiten beigezogen.

Frau K. strahlt, als sie Fatima ansieht. «Dank ihrem umfassenden Wissen, das sie mir weitergab, konnte ich das

Stoma gut akzeptieren. Mittlerweile finde ich mich wieder gut im Alltag zurecht.»

Ein selbstbestimmtes Leben

«Sie machen das sehr gut!», lobt Fatima. Lachend fragt Frau K.: «Wissen Sie noch, wie mein Darm geblubbert hat, als Sie mir das erste Mal den Beutelwechsel gezeigt haben?» Die Versorgung selbstständig durchführen zu können, lässt grösstmögliche Unabhängigkeit zu. Deshalb ist die Anfangsphase entscheidend und entlastet sowohl die Betroffenen als auch Angehörige.

Schon vor einer Operation und auch bei Notfällen steht das Team der Stomaberatung bereit, um die Betroffenen zeitnah zu unterstützen und die Anpassung an den Beutel am Bauch zu erleichtern. «Mut zur Lebensfreude» – das ist das Motto, das durch die engagierte Arbeit von Fatima möglich wird.



Anhand einer Schablone wird die Grösse für die Stoma-Platte festgelegt.



Mit einem Stift wird die Schablone auf die Stoma-Platte übertragen.



Dann wird die Platte gemäss der Zeichnung ausgeschnitten. Die Stoma-Platte soll sich rund um die Darmschleimhaut schmiegen. Nicht zu eng und nicht zu weit.

Infobox

Das Stoma- und Kontinenz-Zentrum Zürich

Im Stoma- und Kontinenz-Zentrum von Spitex Zürich arbeitet ein Team von Pflegefachpersonen mit Zusatzausbildung in Stoma-Kontinenz-Therapie. Sie bieten Unterstützung, Beratung und Anleitung für Betroffene, Angehörige, Pflegefachpersonen, Ärztinnen und Ärzte. Die Leistungen sind von den Krankenkassen anerkannt und werden nach den Grundversicherungstarifen verrechnet.

Die Stomaberatung von Spitex Zürich stellt sicher, dass Menschen mit einem Stoma medizinisch optimal versorgt werden und ein selbstbestimmtes und normales Leben führen können. Ihr Einsatz geht weit über die eigentliche Pflege hinaus und verbessert mit fachlicher und emphatischer Beratung die Lebensqualität der Betroffenen nachhaltig.

[Weitere Informationen](#)