

## Rectaal darmspoelen

### Chirurgie

#### Wat is darmspoelen?

Darmspoelen via de anus is een kunstmatige manier om een gedeelte van de dikke darm (endeldarm) te legen door een hoeveelheid lauwwarm water in de darm te brengen. Dit wordt ook wel rectaal darmspoelen genoemd. Door het water wordt er een reflex in de darm (colon) opgewekt. Dit zorgt ervoor dat de darm zich samentrekt. Hierdoor verlaat de ontlasting samen met het ingebrachte vocht het lichaam via de anus.

#### Redenen darmspoelen

Er zijn verschillende redenen waarom darmspoelen nodig kan zijn:

- ernstige vormen van obstipatie;
- ongewild verlies van ontlasting;
- toedienen van medicatie bij chronische darmontsteking;
- ter voorbereiding van darmonderzoek of operatie.

Een arts moet altijd toestemming geven om te kunnen gaan spoelen.

#### Starten

Als u toestemming heeft en zelf ook besluit om te gaan spoelen, wordt u verwezen naar de stomaverpleegkundige, die u de uitleg geeft hoe het spoelen in zijn werk gaat. De zorg wordt dan opgestart; de stomaverpleegkundige zorgt voor een machtiging. Vanuit deze machtiging worden de benodigde materialen vergoed uit de basisverzekering van iedere zorgverzekeraar. Een verpleegkundige van een medisch speciaalzaak neemt contact met u op voor het maken van een afspraak thuis om te gaan spoelen. De medisch speciaalzaak zorgt ook voor het benodigde materiaal.

#### Medisch speciaalzaak

Dit zijn leveranciers voor medische hulpmiddelen. Zij hebben ook verpleegkundigen in dienst die thuis op verzoek zorg bieden als hiervoor een opdracht wordt gegeven vanuit het ziekenhuis. Omdat spoelen een steeds terugkerende handeling is, die thuis moet plaatsvinden, is het goed dat dit ook thuis wordt opgestart. De verpleegkundige kan dan ook kijken waar de beste plek is om te gaan spoelen en of er eventueel aanpassingen nodig zijn thuis.

#### Darmspoelen via de anus

Er zijn twee verschillende manieren om via de anus te darmspoelen:

- **handsets waarbij u handmatig pompt via een ballon.**  
Een waterzak wordt gevuld met water op 37 graden, deze is verbonden met een ballon. U knijpt met de hand in de ballon. Daardoor wordt de druk in de waterzak opgebouwd en loopt het water door de slang en de katheter via de anus naar binnen;
- **handsets op zwaartekracht: waterzak met slang en conus.**  
Een waterzak van twee liter wordt gevuld met kraanwater op 37 graden. Deze hangt u op boven uw schouder en door middel van een katrol kunt u deze langzamer of sneller laten spoelen. Via een conus loopt het water in de darm. Hoe hoger de zak hangt, hoe beter het water stroomt door de zwaartekracht.

Tijdens het eerste bezoek / spoelmoment thuis bepaalt u samen met de verpleegkundige welk spoelmateriaal / systeem u gaat gebruiken.

### Algemene tips bij darmspoelen

Denkt u bij darmspoelen aan het volgende:

- start met elke dag spoelen en bouw de hoeveelheid vloeistof op tot een maximum, in overleg met de voorschrijver. We adviseren u om te starten met spoelen in de ochtend. Dit omdat onze darmen gewend zijn om zich dan te ledigen. Lukt dat niet, probeer het dan twee of drie uur na het avondeten;
- als het goed gaat, kunt u afbouwen tot het gewenste aantal keren spoelen;
- neem de tijd voor het darmspoelen en zorg ervoor dat u een toilet ter beschikking hebt voor uzelf. Dit geeft meer rust;
- zorg ervoor dat het water op lichaamstemperatuur is, dus rond de 37 graden. Is het water warmer dan 37 graden, dan kan dat leiden tot verbranding van het slijmvlies. Is het water kouder dan 37 graden, dan kan het leiden tot krampen en flauwvallen. Blijf dus altijd de temperatuur van het spoelwater controleren met bijvoorbeeld een badthermometer;
- neem een kan koud water en (thermos)kan warm water mee naar het toilet waar u spoelt, als er geen kraan in de buurt is. Dit voorkomt dat u door het huis moet lopen om het water op de juiste temperatuur te krijgen;
- gaat u voor het eerst spoelen? Zorg ervoor dat er iemand bij u in de buurt is. Draai de deur van het toilet niet op slot. Stel dat er iets gebeurt, dan kan diegene snel ingrijpen;
- vul de hele slang met water, zodat er geen lucht meer in de slang is. Dit voorkomt dat er een hoop lucht onnodig in de darmen terechtkomt;
- stop pas met ondersteunende laxerende middelen / medicatie als de voorschrijver dit aangeeft. Vraag aan de voorschrijver hoe u het beste kunt afbouwen. Hier zijn namelijk geen vaste regels voor. **Stop nóóit op eigen inzicht;**
- zorg ervoor dat u regelmatig vezelrijk eet en voldoende water drinkt (tenzij dit juist anders voorgeschreven is). Het is normaal gesproken beter om 6 tot 8 keer per dag een kleine portie te eten, dan bijvoorbeeld drie grotere maaltijden verdeeld over de dag;
- blijf bewegen als dat gaat, dit heeft positief effect op de darmen en spijsvertering.

### Reistips bij darmspoelen

Gaat u op reis? Denk dan aan het volgende:

- neem spoelhulpmiddelen mee in de handbagage als u gaat vliegen. Hierdoor kunnen de spullen niet kwijtraken of beschadigen;
- vraag bij de vliegmaatschappij na hoeveel extra handbagage u mag meenemen. Dit om verrassingen of onnodige hogere kosten op het vliegveld te voorkomen;
- raakt u het spoelsysteem kwijt op vakantie of wordt het gestolen, doe dan aangifte bij de lokale politie. Als u een aangifteformulier hebt, dan kan de zorgverzekeraar ervoor zorgen dat u een nieuwe set of pomp krijgt ter vervanging en wordt dit ook vergoed;
- zorg voor een Europees medisch paspoort, zodat de douane gelijk ziet welke spullen u bij u heeft en wat de reden hiervoor is;
- gebruik in landen waar u geen kraanwater kunt drinken water uit flessen. Het water door een waterkoker of de zon laten opwarmen tot 37 graden. Vergeet niet met de badthermometer te controleren of het water de juiste temperatuur heeft;
- kijk goed uit met wat u eet in het buitenland. Diarree? Stop dan direct met spoelen. De darmen moeten namelijk niet verder overprikkeld worden. Als alles weer tot rust is gekomen, kunt u het spoelen weer hervatten;
- is het erg warm in het land waar u naartoe gaat? Drink dan meer water dan gebruikelijk. Dit om het vochtpeil op orde te houden.

### Vragen?

Als u moet gaan darmspoelen, roept dat vaak tal van vragen op. Wat betekent dat voor mijn dagelijkse leven? Zijn er aanpassingen met het eten? Kan ik het combineren met mijn werk? En kan ik nog wel op reis? Bespreek deze vragen met de stomaverpleegkundige van het ziekenhuis of met de verpleegkundige van de medisch speciaalzaak.



### **Aanvullende informatie**

Op de volgende websites vindt u meer informatie over spoelsystemen:

- [www.peristeen.nl](http://www.peristeen.nl): hier vindt u een video over het spoelsysteem van Peristeen.
- [www.medireva.nl/kenniscentrum](http://www.medireva.nl/kenniscentrum): hier vindt u video's van o.a. de systemen van Quefora en Navina.

### **Belangrijke contactgegevens**

- Stomaverpleegkundige Chirurgie Enschede, route B11, telefoon (053) 487 34 41, bereikbaar van maandag t/m vrijdag tijdens kantooruren.

### **Tenslotte**

U heeft recht op juiste en volledige informatie. Pas als u voldoende inzicht heeft, kunt u weloverwogen toestemming geven voor een bepaalde behandeling of een bepaald onderzoek. Als iets u niet geheel duidelijk is, vraagt u de behandelend arts of verpleegkundige dan om nadere uitleg.