



'Het is normaal om een zekere afkeer te hebben van je stoma'

De Duitse muzikant Paolo Häckl kreeg een colostoma vanwege de ziekte van Crohn. 'Ooit zei ik: ik ga nog liever dood dan dat ik een stoma krijg. Tot het op een dag echt een kwestie van leven en dood was. Gelukkig koos ik voor het leven, maar in het begin haatte ik het idee om een zakje te hebben.'

Een aantal jaren later is Paolo een stuk positiever. 'Het kost tijd om te wennen en misschien is het normaal om soms een zekere afkeer te hebben van je stoma. Maar als je stopt met kijken naar de dingen die je kwijt bent en begint te kijken naar de dingen die je gewonnen hebt, wordt het leven veel beter. Verander je perspectief, verander je leven.'

[Lees hier het interview met Paolo](#)

Advertentie



Geniet van de nazomer met stomamateriaal dat past bij jouw huid, lichaam en welzijn!

SenSura Mio® beweegt met je mee. Wil je het zelf ervaren? Vraag een [gratis proefpakket](#) aan.

SenSura® Mio



Zien we je op 14 september?

Op zaterdag 14 september ben je van harte welkom op de Stomadag in de Nieuwe Kolk in Assen. Van 13:30 tot 17:30 uur geniet je van een mooi programma met inspirerende en informatieve sessies. Ook kun je andere stomadragers ontmoeten en is er een Stomamarkt!

Er zijn drie workshops, waarvan jij er twee kunt volgen. Welke wordt het?

- Leven met een stoma: hoe doe je dat precies?
- Een stoma krijg je niet alleen: welke invloed heeft een stoma op je relatie?
- Hoe krijg je het stomamateriaal dat bij jou past?

[Geef je hier op!](#)

's Avonds in bed huilde ik vaak'

Drie jaar geleden kreeg Souhaila een ileostoma als gevolg van de ziekte van Crohn. Verschrikkelijk vond ze dat. 'Hoe moest dat allemaal, in combinatie met mijn rolstoel?' Zo erg als ze er tegenop zag, zo snel ook wende ze eraan. 'Na twee weken kon ik mijn stoma zelf verzorgen.'

Wat haar hielp in het acceptatieproces, waren de steun en informatie van haar stomaverpleegkundige. 'Ze vertelde ook over de Stomavereniging en andere organisaties. Ik zou dus straks niet de enige jonge vrouw met een stoma zijn. Dat idee alleen al luchtte me op.'

[Lees het verhaal van Souhaila](#)



'Nee, u mag hier niet naar het toilet.'

Het zal je maar gebeuren: je stomazakje is vol en je mag niet naar de wc in een winkel of café. De Toiletalliantie, waarbij ook de Stomavereniging is aangesloten, zet zich in voor meer openbare en opengestelde toiletten.

Ben je lekker buiten op pad, aan het wandelen of fietsen? En wil je snel een toilet vinden? Download dan de HogeNood-app. In deze app vind je meer dan 10.000 openbare en opgestelde toiletten in Nederland. In de app staat de afstand of er een prullenbak op het toilet aanwezig is. Zo kun je altijd gerust op pad!

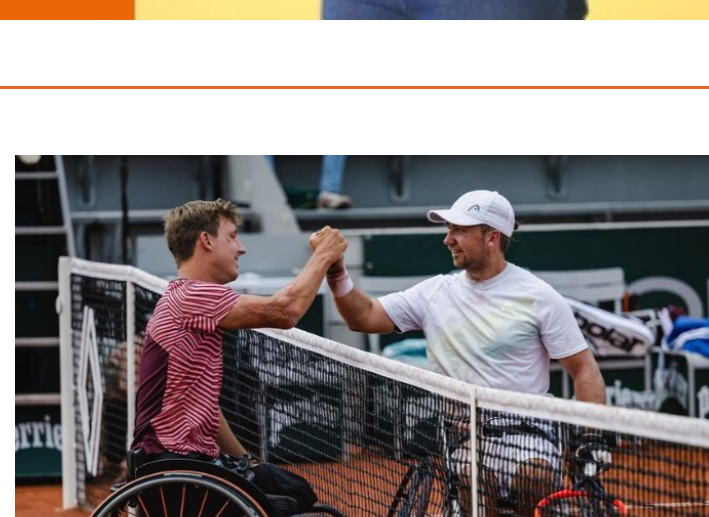
[Download nu de Hoge Nood app](#)

Advertentie



De TRE® huidplaten scoren op alle punten****

[VRAAG EEN TESTPAKKET AAN](#)



'Twee centimeter hoger of lager kan een groot verschil maken'

Je krijgt een stoma, maar waar komt deze precies te zitten? Dat maakt je misschien onzeker. Kan ik die jeans nog wel aan? Kan ik nog fietsen als mijn stoma zo laag zit? En als ik een wat strakker truitje aan doe, zie je mijn stoma dan zitten?

Er zijn richtlijnen, maar ieder mens is anders. Het vereist maatwerk. Twee centimeter naar boven of naar beneden maakt een enorm verschil. 'Wij merken dat dit behoorlijk confronterend kan zijn. Het is best heftig jezelf zo te zien zitten met een testzakje op je buik,' leggen stomaverpleegkundigen Barbara en Annette uit.

[Klik hier voor het volledige artikel](#)

Topsport bedrijven in een rolstoel én met een stoma, hoe gaat dat?

Op 18e jarige leeftijd werd toptennisser Sam Schröder gediagnosticeerd met darmkanker. Na een heftige herstelperiode kreeg hij een ileostoma. Ondanks deze enorme tegenslag, sloeg hij terug!

'Mijn grootste doel is om met twee gouden plakken naar huis te gaan op de Paralympische Spelen van 2024. Verder wil ik genieten van het reizen, alle landen waar ik naartoe ga. Ik weet hoe belangrijk het is om van elke dag, elk moment en elke wedstrijd zoveel mogelijk te genieten.' Binnenkort speelt Sam op de Spelen in Parijs, zal hij de winst gaan pakken?

[Lees hier het interview met de toptennisser](#)

Advertentie

Design in mind

eakin dol®, ontworpen om stomadragers met extra behoeften te ondersteunen

Eenvoudige en planbare wisselingen van het zakje¹

Veiligheid²

Langere draagtijden van een zakje³

Huidvriendelijkheid⁴

Bestel uw gratis samples
 Bel 0344-652351
 mail info@eakin.nl
 of bezoek www.eakin.nl