



# Leckagen & die Haut rund um dein Stoma

Finde heraus wie Leckagen entstehen und wie du sie vermeiden kannst



# Leckagen verstehen

Bei einem Stoma kann es ab und an zu Leckagen kommen:

Das bedeutet, dass Ausscheidungen aus dem Stoma mit der Haut rund um dein Stoma (der sogenannten peristomalen Haut) in Kontakt kommen. Eine Leckage kann sichtbar auf deiner Haut, deiner Kleidung oder deinem Bettzeug zu sehen sein - sie kann aber auch völlig unbemerkt auftreten, wenn Ausscheidungen unter deinen Hautschutz laufen, ohne dass du es bemerkst.

Leckagen können die Haut schädigen, zu Wundsein und sogar zu Entzündungen führen. Daher ist es wichtig, Leckagen zu erkennen und zu lernen mit ihnen umzugehen.



# Wie es zu Leckagen kommt

Bei allen Stoma-Träger:innen - egal welche Art von Stoma sie haben oder welche Stoma-Produkte sie nutzen - kann es zu Leckagen kommen.

**Häufige Gründe sind:**

## Ein schlecht sitzender Hautschutz

Deine Basis- bzw. Hautschutzplatte sollte eng an deinem Stoma anliegen. Wenn du einen vorgestanzten Hautschutz nutzt, solltest du dein Stoma regelmäßig messen: Es kann sich in Form und Größe verändern, insbesondere in den ersten Wochen nach der OP. Auch Gewichtsverlust oder -zunahme kann die Stomagröße und die stoma-umgebende Haut verändern.

Stelle außerdem sicher, dass du die richtigen Produkte für dein Stoma verwendest. Unsere Moldable Technologie™-Produkte sind beispielsweise am besten geeignet für hervorstehende Stomata, während unsere konvexe Stomaversorgung sich vor allem für Stomata auf oder unter Hautniveau eignet.

## Zu lange Tragezeit des Beutels

Eine zu lange Tragezeit kann dazu führen, dass dein Beutel zu schwer wird und er dadurch die Basis- bzw. Hautschutzplatte nach unten, weg von der Haut zieht. In der Folge können Ausscheidungen unter den Hautschutz laufen.

## Anbringen der Stomaversorgung auf angegriffene Haut

Ist deine Haut rot und/ oder schmerzt sogar, kann das dazu führen, dass der Hautschutz nicht richtig auf ihr haftet. So können wiederum Ausscheidungen auslaufen und die Hautirritationen verschlimmern.



# Welche Stoma-Art hast du?

Stomata sind so individuell wie ihre Träger:innen

U

## Urostoma

Urostoma-Träger:innen müssen besonders darauf achten, dass ihre Haut um das Stoma trocken ist, bevor sie die Versorgung anlegen. Da das Stoma unentwegt arbeitet, kann Feuchtigkeit unter dem Hautschutz schnell dazu führen, dass dieser nicht mehr richtig haftet und das Urostoma undicht wird.

Versuche deine Versorgung zu einer Zeit zu wechseln, in der dein Urinfluss schwächer ist. Oft ist das am Morgen der Fall, weil über Nacht wenig Flüssigkeit aufgenommen wurde.

Auf der stoma-umgebenen Haut können sich Harnkristalle bilden, die weiß und körnig aussehen: Diese verhindern eine gute Haftung des Hautschutzes und führen zu Leckagen. Trinke immer ausreichend, um die Harnsäurekonzentration im Urin zu senken. Die Bildung von Harnkristallen wird so minimiert.

Sprich mit deiner Stomafachkraft darüber, wie du einen gesunden pH-Wert und damit deine Haut im Gleichgewicht hältst.



## Ileostoma

Bei einer Ileostomie wird ein Teil des Dünndarms (Ileum) aus dem Bauchraum nach außen verlegt. Die Ausscheidungen sind flüssig bis breiig. Das liegt daran, dass die Nahrung nicht mehr den Dickdarm (Kolon) passiert, bevor sie ausgeschieden wird. Die Flüssigkeit in der Nahrung wird daher nicht absorbiert und mit ausgeschieden. Deine Versorgung solltest du zu einem Zeitpunkt wechseln, an dem dein Stoma weniger aktiv ist, z. B. wenn du aufwachst.



K

## Kolostoma

Bei der Kolostomie wird ein Teil des Dickdarms intakt gelassen. Dieser absorbiert Wasser aus der Nahrung, bevor sie ausgeschieden wird, was die Ausscheidungen geformt bis fest macht. Diese Art von Ausscheidungen reizen die Haut kurzfristig weniger stark. Menschen mit Kolostoma wird empfohlen, täglich zwei Liter Flüssigkeit für eine ausreichende Hydratation zu trinken. Wichtig ist auch eine gesunde, ausgewogene Ernährung, einschließlich ballaststoffreicher, stärkehaltiger Lebensmittel wie Reis, Brot, Nudeln und Kartoffeln.

# Wie Leckagen die Haut reizen können

Die Haut ist das größte Organ des Körpers und beschützt diesen vor Umwelteinflüssen. Um Ihre Haut bestmöglich zu pflegen, sollten Sie ausreichend trinken, die Haut richtig reinigen und sie vor Sonnenstrahlung schützen.

Wenn du ein Stoma hast, ist es wichtig, die Haut rundherum gut zu pflegen. Die Haut rund um dein Stoma kann wund werden und sich entzünden, wenn sie mit Ausscheidungen aus deiner Versorgung in Berührung kommt. Das liegt daran, dass der pH-Wert von Urin sich von dem der Haut unterscheidet und Stuhl aktive Enzyme enthält, die die Haut schwächen können.

Die stoma-umgebende Haut kann auch beschädigt werden, wenn Sie Ihren Hautschutz zu schnell entfernen. Dies kann zu Hautabschürfungen führen, die wiederum eine richtige Haftung der Basis- bzw. Hautschutzplatte verhindern und so zu Leckagen führen. Oft wissen Patient:innen, dass ihr Stoma leckt, trauen sich aber nicht, darüber zu sprechen - und es vergehen Tage, Wochen oder sogar Monate, bevor sie sich Hilfe suchen. Manche Stoma-Träger:innen glauben sogar, sich einfach mit Leckagen abfinden zu müssen.

*Die Haut um dein Stoma sollte genauso aussehen wie die übrige gesunde Haut deines Körpers. Sobald die stoma-umgebende Haut gerötet, irritiert oder wund aussieht, solltest du mit deiner Stomafachkraft darüber sprechen.*

## Du musst nicht mit Leckagen leben

Die Haut um dein Stoma sollte genauso aussehen wie die übrige Haut deines Körpers. Obwohl Leckagen und wund Haut bei einem Stoma auftreten können, solltest du dich nicht damit abfinden. Anzeichen dafür, dass deine Haut beschädigt sein könnte, sind unter anderem:

- Juckreiz oder Wundsein unter deinem Hautschutz
- Die Haut fühlt sich warm oder feucht an
- Die Haut ist gerötet
- Es haben sich Blasen gebildet oder die Haut nässt
- Die Haut nimmt kurz nach Entfernen des Hautschutzes ihren normalen Farbton nicht an

Es gibt keinen Grund, sich für Leckagen zu schämen. Du musst damit auch nicht alleine zurechtkommen! Sobald du Bedenken wegen Leckagen oder gereizter Haut hast, wende dich an deine Stomafachkraft die mit dir gemeinsam eine Lösung finden wird.

# Wie du deine Haut schützt und Leckagen vermeidest

Leckagen kommen insbesondere in den ersten Tagen nach der Stoma-OP häufig vor. Scheue dich nicht davor mit deiner Stomafachkraft über alle Sorgen und Probleme zu sprechen. Darüber hinaus gibt es Maßnahmen, die du ergreifen kannst, um das Risiko von Leckagen zu minimieren.

Dein Hautschutz sollte gut um dein Stoma passen. In den ersten Wochen nach der OP kann sich das Stoma in Form und Größe verändern, daher solltest du es regelmäßig messen, um die richtige Größe des Hautschutzes zu finden. Der Rand der Haftfläche sollte 2-3 mm vom Stoma entfernt sein, sodass fast keine Haut mehr sichtbar ist. Wechsel deinen Beutel regelmäßig und stelle sicher, dass die Haut vor dem Anbringen einer neuen Versorgung vollständig trocken ist. Wenn du Bauchhaare hast, solltest du diese so kurz wie möglich rasieren, um schmerzhaftes Ziehen beim Entfernen des Hautschutzes zu vermeiden.

## Schon probiert?

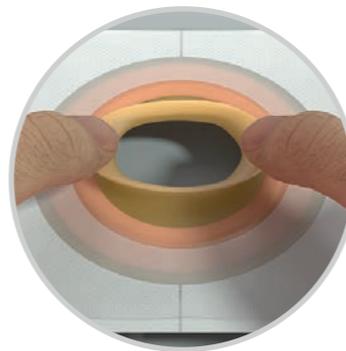
Unsere **Moldable Technology™** Hautschutzplatten passen sich dem Stoma für eine besonders gute Abdichtung individuell an. Sie sind für einteilige und zweiteilige Versorgungen erhältlich und eignen sich am besten bei prominenten Stomata.



**Jetzt kostenlose Produktmuster bestellen**  
Einfach QR-Code mit dem Smartphone scannen



Unsere einzigartige **Moldable Technology™** ist sicher, weich und dafür gemacht, sich dir anzupassen



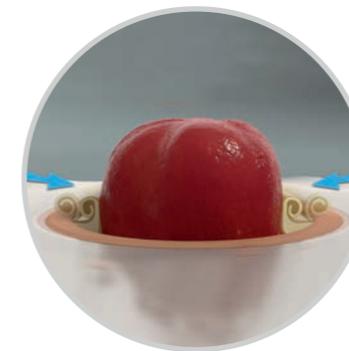
### Schritt 1: Aufrollen

Nutze deinen Daumen, um die Öffnung zurückzurollen und sie über dein Stoma zu ziehen.



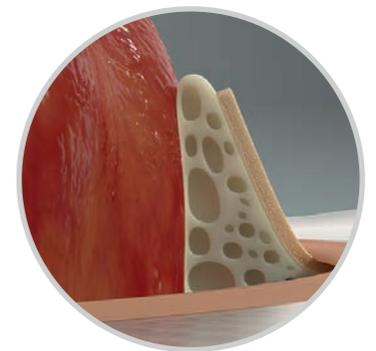
### Schritt 2: Hautschutz anlegen

Lege den Hautschutz an deiner Haut an. Wenn notwendig, forme das weiche Material, sodass es gut an deinem Stoma anliegt.



### Schritt 3: In Bewegung bleiben

Der formbare Hautschutz dehnt sich aus und zieht sich zusammen, sodass er sich dem Stoma den ganzen Tag über immer wieder neu anpasst.



### Schritt 4: LEAK-LOCK™ aktiviert

Eine Schicht des Hautschutzes absorbiert Feuchtigkeit und bildet so einen Rollkrageneffekt um dein Stoma: Dieser schützt noch besser vor Leckagen.

# Wie du deine Haut schützen und Leckagen vermeiden kannst

Probiere passende Produkte aus, um dein Leckage-Risiko zu minimieren und deine Haut zu pflegen

## Schon ausprobiert?

Unsere einteilige soft konvexe **Esteem Body™** Stomaversorgung mit Leak Defense™-Technologie, welche unsere Goldstandard-Hydrokolloide mit einer soften Konvexität kombiniert und sich dem Körper so perfekt anpasst und für eine dauerhafte, sichere Abdichtung sorgt.



Konvexe Stomaversorgung passt sich den Konturen deines Körpers ideal an

Softe Konvexität in Kombination mit einer flachen Wölbung minimiert den Druck aufs Stoma, passt sich dem Körper ideal an und ist angenehm zu tragen. Mit starkem Halt durch hautfreundliche Hydrokolloide.



**Jetzt kostenloses Produktmuster bestellens**  
Einfach den QR Code scannen

## Schon probiert?

Unser **ESENTA™ Hautschutz-Spray** sorgt für einen atmungsaktiven Hautschutz, der die Haut bis zu 72 Stunden vor Irritationen durch Leckagen oder Klebstoffe schützt.

Unser **ESENTA™ reizfreier Pflasterentferner** hilft Kleberückstände schnell und einfach zu entfernen und beugt so Hautirritationen vor.



**Jetzt kostenloses Produktmuster bestellen**  
Einfach den QR Code scannen



# Schütze deine Haut und vermeide Leckagen

Lasse dich nicht durch Angst vor Leckagen an einem aktiven, selbstbestimmten Leben hindern

## Schon ausprobiert?

**ESENTA™ Hydrocolloid Strips** sind dünne Klebestreifen aus Hydrokolloid, die speziell dafür entwickelt wurden, Ihre Versorgung an Ort und Stelle zu halten. Sie sind flexibel, dünn und folgen den Körperbewegungen. Da sie wasserabweisend sind, stellen sie das perfekte Zubehör für Sport und Freizeitaktivitäten dar.

Unsere **hydrokolloid-basierte Stomahesive™ Hautschutzpaste** kann genutzt werden, um Unebenheiten der stoma-umgebenden Haut auszugleichen, die Haut bis zu 72 Stunden gut zu schützen und die Tragezeit zu verlängern.

Unsere **Stomahesive™ Hautschutzringe** schützen die Haut um dein Stoma: Du kannst sie individuell formen und mit unserer **Stomahesive™ Adhäsivpaste** kombinieren.



Jetzt kostenloses  
Produktmuster bestellen  
Einfach den QR Code scannen





## Ein Leben ohne Leckagen ist möglich

Es ist wichtig zu verstehen, dass Leckagen zwar ab und an passieren können, aber nicht permanent vorkommen sollten. Du musst dich nicht schämen, wenn du Leckagen hast! Unternimm stattdessen etwas, um das Leckage-Risiko zu minimieren und deine stoma-umgebende Haut zu schützen.





# Tipps zur Reduzierung von Leckagen

## DO



- ✓ Entferne deinen Hautschutz langsam und vorsichtig von oben nach unten und halte deine Haut mit einer Hand fest, während die andere Hand die Klebefläche abzieht
- ✓ Wasche die Haut um dein Stoma sanft mit warmem Wasser und nutze, wenn überhaupt, nur speziell für stoma-umgebende Haut entwickelte Reinigungsprodukte
- ✓ Stelle sicher, dass deine Haut komplett trocken ist, bevor du deine Versorgung anbringst
- ✓ Wenn du Haare rund um dein Stoma hast, rasiere diese regelmäßig
- ✓ Leere deinen Ausstreifbeutel vor dem Zubettgehen
- ✓ Messe dein Stoma regelmäßig (mindestens einmal pro Monat), da sich Form und Größe verändern können
- ✓ Stelle sicher, dass zwischen Klebefläche und Stoma ca. 3 mm Platz (bzw. 1 mm Platz bei einem Urostoma) ist und kaum mehr Haut sichtbar ist
- ✓ Teste neue Produkte, um die richtige Versorgung für dich zu finden
- ✓ Frage deine Stomafachkraft um Rat

## DON'T



- ✗ Lasse deine Versorgung nicht länger an, wenn diese schon voll und schwer ist
- ✗ Wechsel deine Stomaversorgung nicht, wenn dies nicht nötig ist, um eine Schädigung der Haut zu vermeiden
- ✗ Bringe deine Versorgung nicht auf irritierter Haut an
- ✗ Reiße die Klebefläche der Versorgung nicht schnell ab
- ✗ Wasche dich nicht mit Produkten, die Öle, Parfüms oder andere Chemikalien enthalten, die oft in Kosmetika vorkommen
- ✗ Nutze keine Cremes und Salben auf der Haut um dein Stoma
- ✗ Zögere nicht, deine Stomafachkraft um Rat zu fragen, wenn du mit Leckagen oder wunder Haut zu kämpfen hast

Denke immer daran: Du bist mit deinem Stoma nicht alleine! Du kannst deine Stomafachkraft immer um Rat fragen.

Du kannst dich außerdem zu unserem kostenfreien me+ Programm für Stoma-Träger:innen anmelden und mit unseren Expert:innen sprechen unter 0800-1624382



**Jetzt kostenlos für unser me+ Programm anmelden**

QR Code scannen



- forever caring -

Wir kümmern uns um Sie. Individuell. Einfühlsam.

---



**Claire Legeron**  
Stomafachkraft

---

Die Inhalte dieses Leitfadens wurden in Zusammenarbeit mit Stomafachkraft Claire Legeron erstellt.

Claire hat ihre Ausbildung in der Krankenpflege in Paris gemacht und Praktika im La Timone-Krankenhaus in Marseille sowie in mehreren Krankenhäusern in Bordeaux absolviert.

Sie hat 15 Jahre ihrer Karriere in der Clinique de l'Atlantique in La Rochelle verbracht und sich in den letzten fünf Jahren speziell der Pflege von Stoma-Patient:innen gewidmet.

Als Mitglied des französischen Verbands der Enterostoma-Fachkräfte (AFET) setzt sie sich mit Leidenschaft für die Verbesserung der Stomapflege ein.