

Op deze keuzekaart staat een kort overzicht van middelen die helpen bij darmproblemen. Ongeveer 3 op de 10 mensen met een dwarslaesie of caudalaesie heeft darmproblemen, zoals obstipatie, ontlasting incontinentie, aambeien of een opgeblazen gevoel. Door de dwarslaesie of caudalaesie werken de spieren in de darmwand minder goed; de darmen verwerken wel de voeding maar er is vaak een andere manier nodig om de ontlasting te beheersen. Goede voeding, bewegen, op vaste tijden legen van de darm en het gebruik van middelen kunnen helpen bij darmproblemen. Met je zorgverlener bespreek je welke middelen mogelijk zijn, wat de voor- en nadelen van deze middelen zijn én wat jouw voorkeuren zijn. Samen beslis je welke laxeermethode voor de komende tijd het best passend is en bepaal je het tijdschema (en de locatie) van laxeren.

	Orale middelen (via de mond)	Anale middelen (via de anus)	Operatie [4]
	<ul style="list-style-type: none"> vezels (ca. 35gr p.d.) / vocht (ca 2l p.d.) probiotica [1], macrogol (ca 2 zakjes p.d.) bisacodyl, natriumducosaat. Bij erge klachten magnesiumoxide, sennosiden, dexpanthenol. 	<ul style="list-style-type: none"> microklysma [2], eventueel bisacodyl zetpillen, toucheren, darmspoelen [3]. macroklysma bij erge klachten 	<ul style="list-style-type: none"> stoma
1. Voor welke mensen met een dwarslaesie of caudalaesie is het geschikt.	Voor bijna iedereen. Met orale middelen wordt vaak gestart voordat andere middelen gebruikt worden.	Alleen te gebruiken bij voldoende handfunctie en mobiliteit, of met hulp van anderen. De meesten gebruiken anale middelen. Bij binnenkomst in het ziekenhuis wordt vaak een combinatie van orale en anale middelen gegeven.	Een stoma is meestal pas in beeld als de andere opties niet werken en wordt niet veel toegepast.
2. Wat levert het op?	Sommigen kunnen de darmen op gang houden door goede voeding of door het gebruik van orale middelen. De resultaten verschillen per persoon.	Voor veel mensen is het een grote stap om deze middelen te gaan toepassen, maar na gewenning werkt het meestal wel.	Geen last meer van spontane ontlasting.
3. Wat zijn de mogelijke lichamelijke nadelen van de behandeling?	Bij het gebruik van vezels kan winderigheid optreden.	Het kan pijnlijk zijn. Bij toucheren: irritatie van de darmwand of aambeien.	De operatie geeft een wond.

	Orale middelen (via de mond)	Anale middelen (via de anus)	Operatie [4]
		<p>Bijwerkingen van klysma: bloedverlies, beschadiging darmwand, buikkrampen.</p> <p>Darmspoelen kan lastig zijn bij intacte reflexen van de darmen. In zeer zeldzame gevallen is kans op darmperforatie.</p> <p>Sommigen ervaren laxeren als vies en beschamend. Bij onvoldoende hygiëne kan infectie optreden.</p>	
4. Wat zijn de lange termijn gevolgen?	Sommige middelen maken de darmen lui (m.u.v. vezels). Bij langdurig gebruik kunnen de darmen beschadigd raken.	Sommige middelen (bisacodyl zetpillen en de macroklysma's maken de darmen lui. Bij langdurige toepassing kunnen de darmen en de sluitspier beschadigd raken.	Een operatie is mogelijk niet ongedaan te maken.
5. Wat zijn de gevolgen voor mijn sociale leven?	Incontinentiemateriaal is wellicht nog nodig vanwege mogelijke ontlasting in de periode tussen het laxeren.	<p>Het kost gauw een half uur tot een uur om de darmen te legen.</p> <p>Vinyl handschoenen, glijmiddel, zeep en doekjes moet je altijd bij je hebben. En bij darmspoelen ook een darmspoelpompje.</p> <p>Een ruim toilet met een wastafel is nodig.</p> <p>Incontinentiemateriaal is soms nog nodig vanwege mogelijke ontlasting in de periode tussen het laxeren.</p>	<p>Een stoma(zak) kan zichtbaar zijn, huidproblemen of een nare geur geven.</p> <p>Een stomazak kan gaan lekken.</p> <p>Het is nodig om de stoma regelmatig te reinigen.</p> <p>Meestal heb je geen incontinentiemateriaal meer nodig.</p>
6. Kan ik het zelfstandig uitvoeren?	Je hebt geen hulp nodig.	Bij voldoende handfunctie en voldoende balans kan je deze middelen zelfstandig toepassen.	Bij voldoende handfunctie kan je de stoma zelf verzorgen en een stomazak verwisselen.

Noten [1] Er is geen 'hard' wetenschappelijk bewijs gevonden voor een positief effect van probiotica. [2] Microklysma werken niet bij caudalaesie. [3] Er zijn verschillende systemen voor darmspoelen; per patiënt moet worden bekeken welk systeem voor hem het best geschikt is. Darmspoelen kan het gebruik van orale middelen verminderen. [4] Darmmassage, elektrostimulatie is niet opgenomen in het overzicht omdat er onvoldoende wetenschappelijk onderzoek is uitgevoerd.

Meer informatie over de behandeling darmproblemen staat op de website van Dwarslaesie Organisatie Nederland: www.dwarslaesie.nl

De informatie in deze keuzekaart is gebaseerd op de Richtlijn "Defecatiebeleid bij volwassenen met een dwarslaesie, multiple sclerose of spina bifida" NVDG 2010-2012 en op een inventarisatie onder patiënten en experts. Dwarslaesie Organisatie Nederland. Juni 2017.