

**GUT ZU
WISSEN**

Darmgesunde Ernährung bei temporärer Stomaanlage

Ihr Ratgeber zum Darmmanagement

Stomaanlage: gut zu wissen

Ihnen wurde vorübergehend ein künstlicher Darmausgang, der wegen einer Grunderkrankung erforderlich ist, angelegt.

Man unterscheidet grundsätzlich zwischen einem **Dickdarmstoma** (Kolostomie) und einem **Dünndarmstoma** (Ileostomie).

Beim Dickdarmstoma bleibt je nach Positionierung des Stomas die Funktion des Dickdarms weitgehend erhalten. Wasser und Elektrolyte (z. B. Natrium, Kalium) können unverändert resorbiert werden.

Die Ernährung bei einer Stomaanlage entspricht grundsätzlich der einer

Bitte kontaktieren Sie uns für weitere Infos. Wir freuen uns auf Ihre Anfrage.

Kontakt aufnehmen

Für einen reibungslosen Heilungsverlauf und um Ihre Kontinenz nach der Stomaanlage wiederherzustellen, ist es von großer Bedeutung, dass der Schließmuskel des Rektums richtig funktioniert. Deshalb sollten Sie schon vor der Stomaanlage mit einem Beckenboden- und Schließmuskeltraining beginnen. **Fragen Sie Ihre Stoma- oder Kontinenzfachkraft.**