

Consistentie

Wat wordt onderzocht?

De consistentie van de ontlasting geeft informatie over de vorm en stevigheid van de ontlasting en kan een indruk geven van de darmpassage en de hoeveelheid water in de ontlasting.

Bij deze marker wordt de consistentie van een vers ontlastingsmonster visueel beoordeeld. Binnen deze test wordt de uitslag weergegeven als vast, brijachtig of dun. Bloed in de ontlasting wordt binnen deze test niet onderzocht. Bij een verdenking op bloedverlies via de ontlasting wordt geadviseerd contact op te nemen met de huisarts voor verdere beoordeling.

Een normale ontlasting is over het algemeen gevormd en stevig. Binnen deze test wordt vast als normale waarde aangehouden.

De consistentie van de ontlasting kan onder andere worden beïnvloed door:

- De hoeveelheid water in de ontlasting;
- De snelheid waarmee de ontlasting door de darm beweegt;
- Het voedingspatroon;
- De hoeveelheid voedingsvezels;
- Voldoende vochtinname;
- Veranderingen in de darmfunctie;
- Infecties of andere aandoeningen van het maag-darmkanaal;
- Het gebruik van bepaalde geneesmiddelen of laxeermiddelen.

Onverteerde voedselresten kunnen daarnaast zichtbaar zijn in de ontlasting. Dit kan onder andere samenhangen met onvoldoende kauwen, een snelle darmpassage of een verminderde vertering.

Waarom wordt deze marker onderzocht?

De consistentie van de ontlasting wordt onderzocht om inzicht te krijgen in het ontlastingspatroon en mogelijke veranderingen in de darmpassage.

De beoordeling kan helpen bij het signaleren van:

- Harde of gevormde ontlasting;
- Brijachtige ontlasting;
- Dunne of waterige ontlasting;
- Een wisselend ontlastingspatroon;
- Zichtbare onverteerde voedselresten;
- Afwijkingen die aanleiding kunnen geven om de klachten verder te beoordelen.

Een afwijkende consistentie is geen diagnose op zichzelf. De betekenis van de uitslag hangt af van de duur en ernst van de klachten, het ontlastingspatroon, het voedingspatroon en eventuele andere onderzoeksresultaten.

Betrouwbaarheid van de meting

De consistentie van de ontlasting wordt visueel beoordeeld in een vers ontlastingsmonster. De uitslag is daarmee afhankelijk van de beoordeling van het aangeleverde monster.

De consistentie kan gedurende de dag en van dag tot dag veranderen. Ook de tijd tussen de ontlasting en de beoordeling van het monster kan invloed hebben op de waargenomen eigenschappen.

Factoren die de beoordeling kunnen beïnvloeden zijn onder andere:

- De versheid van het ontlastingsmonster;
- De hoeveelheid water in het monster;
- De wijze waarop het monster is verzameld;
- Tijdelijke veranderingen in voeding of vochtinname;
- De darm passagesnelheid;
- Het gebruik van laxermiddelen of andere geneesmiddelen.

Een visuele beoordeling van de consistentie geeft geen informatie over de exacte oorzaak van een afwijkende ontlasting. Bij aanhoudende afwijkingen moet de uitslag daarom worden beoordeeld in combinatie met klachten en eventuele andere onderzoeksresultaten.

Incidentie en prevalentie binnen de populatie

De consistentie van ontlasting verschilt binnen de algemene populatie en kan regelmatig tijdelijk veranderen.

Populatieonderzoek naar ontlastingspatronen laat zien:

- De consistentie van ontlasting verschilt van persoon tot persoon;
- De consistentie kan binnen één persoon van dag tot dag variëren;
- Zachte of dunne ontlasting komt relatief vaak voor en hoeft niet altijd op een aandoening te wijzen;
- Harde ontlasting en verstopping komen eveneens regelmatig voor;
- Voedingspatroon, vezelinname, vochtinname en lichamelijke activiteit kunnen het ontlastingspatroon beïnvloeden;
- Aanhoudende veranderingen in de consistentie kunnen voorkomen bij verschillende functionele of organische darmproblemen.

De frequentie van een bepaalde consistentie is daarom afhankelijk van de onderzochte populatie, de gebruikte beoordelingsmethode en de duur van de klachten.

Wat betekent een afwijkende uitslag?

Een brijachtige consistentie betekent dat de ontlasting minder stevig en meer papperig van vorm is. Dit kan onder andere voorkomen bij een versnelde darmassage, veranderingen in voeding of tijdelijke maag-darmklachten.

Een dunne consistentie betekent dat de ontlasting weinig gevormd of waterig is. Dit kan onder andere voorkomen bij diarree, bijvoorbeeld door een darminfectie, veranderingen in voeding, geneesmiddelen of andere aandoeningen van het maag-darmkanaal.

Een harde ontlasting kan passen bij een vertraagde darmassage of verstopping. Wanneer harde ontlasting regelmatig voorkomt of gepaard gaat met langdurige klachten, kan verdere beoordeling nodig zijn.

Onverteerde voedselresten kunnen zichtbaar zijn bij verschillende omstandigheden. Zichtbare voedselresten betekenen niet automatisch dat voedsel onvoldoende wordt verteerd. Sommige voedingsmiddelen en plantaardige bestanddelen worden namelijk niet volledig afgebroken en kunnen herkenbaar in de ontlasting aanwezig blijven.

Een afwijkende consistentie is niet automatisch een aanwijzing voor een specifieke aandoening. De uitslag moet worden beoordeeld in samenhang met de klachten, de duur van de verandering, het voedingspatroon en eventuele andere laboratorium- en onderzoeksresultaten.

Beoogde vervolgacties bij een ongunstige uitkomst

Bij een afwijkende consistentie wordt geadviseerd de uitslag te bespreken met een huisarts, behandelend arts of andere deskundige, met name wanneer de afwijking aanhoudt of gepaard gaat met klachten.

Mogelijke vervolgacties zijn:

- Beoordeling van de duur en frequentie van de afwijkende ontlasting;
- Beoordeling van het voedings- en drinkpatroon;
- Beoordeling van het gebruik van geneesmiddelen of laxeremiddelen;
- Beoordeling van eventuele buikpijn, diarree, verstopping, gewichtsverlies of andere klachten;
- Beoordeling van zichtbare bloedbijmenging via de huisarts;
- Beoordeling van andere onderzoeksresultaten;
- Aanvullend onderzoek wanneer daar op basis van de klachten aanleiding toe bestaat.

Bij langdurige diarree, aanhoudende verstopping, bloed in de ontlasting, onverklaard gewichtsverlies of andere aanhoudende of ernstige klachten is het belangrijk medisch advies in te winnen.

Nadelen en risico's voor de cliënt

De beoordeling van de consistentie van ontlasting kent weinig lichamelijke risico's, omdat hiervoor geen invasieve handeling nodig is.

Mogelijke nadelen zijn:

- Een afwijkende uitslag kan leiden tot ongerustheid;
- De consistentie van ontlasting kan tijdelijk veranderen zonder dat sprake is van een aandoening;

- Een visuele beoordeling geeft geen directe informatie over de oorzaak van een afwijkende consistentie;
- Een afwijkende consistentie kan aanleiding geven tot aanvullend onderzoek;
- De uitslag kan worden beïnvloed door voeding, vochtinname, medicatie en tijdelijke veranderingen in de darmpassage;
- Een normale consistentie sluit de aanwezigheid van een darmprobleem niet volledig uit;
- Een afwijkende consistentie betekent niet automatisch dat sprake is van een ziekte of stoornis.

Uitslagen dienen altijd in samenhang met de klachten, het ontlastingspatroon, het voedingspatroon, medicatiegebruik en overige laboratorium- en onderzoeksresultaten te worden beoordeeld.

Bronnen

- Arasaradnam, R. P., Brown, S., Forbes, A., Fox, M. R., Hungin, P., Kelman, L., Major, G., O'Connor, M., Sanders, D. S., Sinha, R., Smith, S. C., Thomas, P., & Walters, J. R. F. (2018). Guidelines for the investigation of chronic diarrhoea in adults: British Society of Gastroenterology, 3rd edition. *Gut*, 67(8), 1380–1399.
<https://doi.org/10.1136/gutjnl-2017-315909>
- Blake, M. R., Raker, J. M., & Whelan, K. (2016). Validity and reliability of the Bristol Stool Form Scale in healthy adults and patients with diarrhoea-predominant irritable bowel syndrome. *Alimentary Pharmacology & Therapeutics*, 44(7), 693–703. <https://doi.org/10.1111/apt.13746>
- Dimidi, E., van der Schoot, A., Barrett, K., Farmer, A. D., Lomer, M. C., Scott, S. M., & Whelan, K. (2025). British Dietetic Association Guidelines for the Dietary Management of Chronic Constipation in Adults. *Journal of human nutrition and dietetics : the official journal of the British Dietetic Association*, 38(5), e70133.
<https://doi.org/10.1111/jhn.70133>

- Lewis, S. J., & Heaton, K. W. (2009). Stool Form Scale as a Useful Guide to Intestinal Transit Time. *Scandinavian Journal Of Gastroenterology*, 32(9), 920–924.
<https://doi.org/10.3109/00365529709011203>
- MGLab & Advies B.V. (2026). *Interpretatiehandleiding biomarkers* [Interne handleiding].
- Mugie, S. M., Benninga, M. A., & Di Lorenzo, C. (2011). Epidemiology of constipation in children and adults: A systematic review. *Best Practice & Research Clinical Gastroenterology*, 25(1), 3–18. <https://doi.org/10.1016/j.bpg.2010.12.010>
- Vandeputte, D., Falony, G., Vieira-Silva, S., Tito, R. Y., Joossens, M., & Raes, J. (2016). Stool consistency is strongly associated with gut microbiota richness and composition, enterotypes and bacterial growth rates. *Gut*, 65(1), 57–62.
<https://doi.org/10.1136/gutjnl-2015-309618>