

# Kleur

## Wat wordt onderzocht?

De kleur van de ontlasting geeft informatie over het uiterlijk van het ontlastingsmonster en wordt mede bepaald door galpigmenten die tijdens de vertering in de darm worden omgezet. De normale kleur van ontlasting is over het algemeen bruin.

Bij deze marker wordt de kleur van een vers ontlastingsmonster visueel beoordeeld. Binnen deze test wordt de uitslag beoordeeld aan de hand van de waargenomen kleur.

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

- De hoeveelheid en samenstelling van galpigmenten;
- Voedingsmiddelen;
- Voedingssupplementen;
- Geneesmiddelen;
- De snelheid waarmee de ontlasting door de darm passeert;
- De hoeveelheid vet in de ontlasting;
- Veranderingen in de werking van het maag-darmkanaal.

Een verandering van kleur betekent niet automatisch dat sprake is van een aandoening. De kleur moet daarom altijd worden beoordeeld in samenhang met het ontlastingspatroon, eventuele klachten en andere onderzoeksresultaten.

## Waarom wordt deze marker onderzocht?

De kleur van de ontlasting wordt beoordeeld om eventuele opvallende veranderingen in het uiterlijk van de ontlasting te signaleren.

De beoordeling kan helpen bij het signaleren van:

- Een normale bruine kleur;
- Een lichtbruine of geelachtige kleur;
- Een groenbruine of groene kleur;
- Een donkerbruine kleur;

- Een opvallend zwarte kleur.

Een afwijkende kleur is geen diagnose op zichzelf. De betekenis van de uitslag hangt onder andere af van het voedingspatroon, geneesmiddelen- en supplementengebruik, de consistentie van de ontlasting, eventuele buikklachten en andere onderzoeksresultaten.

## Betrouwbaarheid van de meting

De kleur van de ontlasting wordt visueel beoordeeld in een vers ontlastingsmonster. De beoordeling is daardoor afhankelijk van de eigenschappen van het aangeleverde monster en van de omstandigheden waaronder de kleur wordt beoordeeld.

Factoren die de beoordeling kunnen beïnvloeden zijn onder andere:

- De versheid van het ontlastingsmonster;
- Veranderingen in voeding;
- Voedingsmiddelen met sterk kleurende pigmenten;
- Het gebruik van bepaalde geneesmiddelen of supplementen;
- De hoeveelheid water in de ontlasting;
- De verlichting waaronder het monster wordt beoordeeld;
- Tijdelijke veranderingen in de darmpassage.

Een visuele beoordeling van de kleur geeft geen informatie over de exacte oorzaak van een kleurverandering. Bij een opvallende of aanhoudende verandering moet de uitslag daarom worden beoordeeld in combinatie met klachten en eventuele aanvullende onderzoeksresultaten.

## Incidentie en prevalentie binnen de populatie

De kleur van ontlasting kan binnen de algemene populatie en binnen één persoon variëren. Een bruine kleur komt het meest voor, maar tijdelijke kleurveranderingen kunnen ook voorkomen zonder dat sprake is van een aandoening.

Populatieonderzoek en klinische richtlijnen beschrijven dat:

- De normale ontlastingskleur meestal verschillende tinten bruin omvat;
- Voedingsmiddelen de kleur van ontlasting tijdelijk kunnen veranderen;
- Bepaalde geneesmiddelen en supplementen de ontlasting donkerder of anders van kleur kunnen maken;

- Een groene kleur onder andere kan voorkomen bij bepaalde voedingsmiddelen of een versnelde darmassage;
- Een opvallend bleke of kleikleurige ontlasting kan samenhangen met een verminderde aanwezigheid van gal in de darm;
- Een zwarte of teerachtige ontlasting kan aanleiding zijn voor aanvullende beoordeling door de huisarts, met name wanneer deze verandering niet verklaard kan worden door voeding of medicatie.

De frequentie van afwijkende ontlastingskleuren is moeilijk als één algemene prevalentie weer te geven, omdat de kleur afhankelijk is van voeding, medicatie, darmassage en de onderzochte populatie.

## Wat betekent een afwijkende uitslag?

Lichtbruine of geelachtige ontlasting kan onder andere voorkomen bij een versnelde darmassage of door veranderingen in voeding. Wanneer de ontlasting opvallend bleek of grijsachtig is, kan dit samenhangen met een verminderde aanwezigheid van gal in de darm. Bij een aanhoudende opvallend bleke ontlasting is verdere medische beoordeling aangewezen.

Groenbruine of groene ontlasting kan onder andere worden veroorzaakt door het eten van groene voedingsmiddelen of voedingsmiddelen met sterk kleurende pigmenten. Ook een versnelde darmassage kan ervoor zorgen dat galpigmenten minder volledig worden omgezet, waardoor de ontlasting groener kan zijn.

Donkerbruine ontlasting kan een normale variant zijn, maar kan ook samenhangen met voeding, supplementen of geneesmiddelen. De kleur moet daarom in samenhang met andere kenmerken van de ontlasting worden beoordeeld.

Zwarte ontlasting kan onder andere ontstaan door bepaalde voedingsmiddelen, ijzersupplementen of geneesmiddelen. Zwarte, teerachtige en plakkerige ontlasting kan een aanleiding zijn om medisch te worden beoordeeld.

Bloed in de ontlasting wordt binnen deze test niet aangetoond.

Een afwijkende kleur betekent niet automatisch dat sprake is van een aandoening. De uitslag moet worden beoordeeld in samenhang met de klachten, het voedingspatroon, geneesmiddelen- en supplementengebruik, de consistentie van de ontlasting en eventuele andere onderzoeksresultaten.

## Beoogde vervolgacties bij een ongunstige uitkomst

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

Mogelijke vervolgacties zijn:

- Beoordeling van het voedingspatroon;
- Beoordeling van het gebruik van geneesmiddelen en voedingssupplementen;
- Beoordeling van de consistentie en het ontlastingspatroon;
- Beoordeling van eventuele buikpijn, diarree, verstopping of andere darmklachten;
- Medische beoordeling bij aanhoudend opvallend bleke, grijze of kleikleurige ontlasting;
- Medische beoordeling bij zwarte, teerachtige ontlasting;
- Aanvullend onderzoek via de huisarts wanneer daar op basis van de klachten aanleiding toe bestaat.

## Nadelen en risico's voor de cliënt

De beoordeling van de kleur van ontlasting kent weinig lichamelijke risico's.

Mogelijke nadelen zijn:

- Een afwijkende kleur kan leiden tot ongerustheid;
- De kleur van ontlasting kan tijdelijk veranderen door voeding, geneesmiddelen of supplementen;
- Een visuele beoordeling geeft geen directe informatie over de oorzaak van een kleurverandering;
- Een afwijkende kleur kan aanleiding geven tot aanvullend medisch onderzoek;
- De beoordeling kan worden beïnvloed door de omstandigheden waaronder het monster wordt bekeken;
- Een normale bruine kleur sluit de aanwezigheid van een onderliggende aandoening niet volledig uit;

- Bloed in de ontlasting wordt binnen deze test niet onderzocht en moet bij verdenking via de huisarts worden beoordeeld.

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

## Bronnen

- Mayo Clinic. (2025). Stool color: When to worry.  
<https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/diarrhea/expert-answers/stool-color/faq-20058080?p=1>
- MedlinePlus. (2024). Stool color. U.S. National Library of Medicine.  
<https://medlineplus.gov/ency/article/003129.htm>
- MGLab & Advies B.V. (2026). Interpretatiehandleiding biomarkers [Interne handleiding].
- Professional, C. C. M. (2025, 19 december). What does my stool (Poop) color mean? Cleveland Clinic. <https://my.clevelandclinic.org/health/articles/stool-poop-color>