



Vivre avec une

stomie digestive

Volet soins de votre stomie

Les soins d'hygiène de votre stomie

Votre stomie et les soins à lui prodiguer représentent pour vous une expérience nouvelle. C'est pourquoi avec votre collaboration, le personnel infirmier vous enseignera progressivement les soins à y apporter. Notre objectif est que vous retrouviez votre autonomie afin de reprendre le plus tôt possible vos activités.

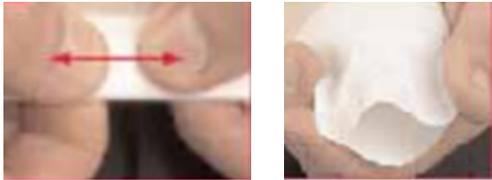


La vidange de votre sac

Le sac doit être vidé lorsqu'il est rempli au tiers de selles ou de gaz afin d'éviter que le sac se détache ou que le système décolle. Habituellement, le sac est changé en même temps que la barrière cutanée et au besoin.



Si présence de selles, voici les étapes à suivre :

Sac avec fermoir	Sac avec velcro
	

- 1) Mettre du papier hygiénique sur la surface de l'eau de la toilette afin d'éviter les éclaboussures.
- 2) Selon votre confort : s'asseoir le plus possible au fond sur le siège de la toilette, ou sur un banc, ou une chaise face à la toilette ou debout, légèrement penché, face à la toilette.
- 3) Relever l'extrémité du sac pour retenir les selles. Tenir l'embouchure du sac vers le haut.
- 4) Ouvrir le fermoir et le retirer (si avec velcro, dérouler le fermoir).
- 5) Replier les bords du sac de 5 cm (2 pouces) sur lui-même comme un col roulé (si avec velcro, ouvrir en pressant les extrémités) et vider les selles dans la toilette.
- 6) Essuyer le rebord à l'extrémité du sac avec du papier hygiénique.
- 7) Replier la base du sac sur lui-même et remettre le fermoir à 5 cm (2 pouces) du rebord en le pliant **une seule fois** (si avec velcro, replier sur lui-même et presser fermement le rabat velcro du centre vers l'extérieur).



Il n'est pas conseillé de laver l'intérieur du sac parce que la pellicule de plastique deviendra poreuse et moins efficace contre les odeurs.

Si présence de gaz, sans selle dans le sac, voici les étapes à suivre :

- 1) Aller à la salle de bain.
- 2) En position debout :
 - Système deux pièces : ouvrir la portion supérieure partiellement pour faire sortir l'air en pressant légèrement le sac et bien refermer;
 - Système une pièce : ouvrir la portion inférieure en retirant le fermoir ou le velcro et chasser l'air en pressant doucement sur le sac et bien refermer.

L'installation de l'appareillage

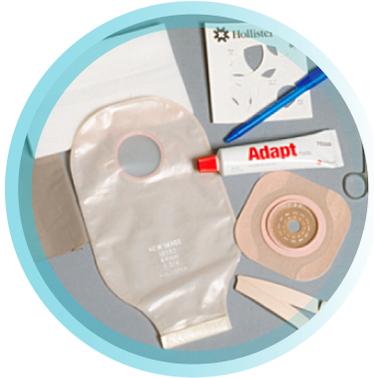
Il est recommandé de changer la barrière cutanée à tous les quatre à sept jours ou avant si vous ressentez :

- Des picotements;
- Des démangeaisons;
- Une sensation douloureuse;
- Des odeurs ou s'il y a fuite de selles sous la barrière cutanée.

Vous devez choisir un moment dans la journée où la stomie est moins active. L'idéal est d'être à jeun le matin ou d'attendre deux à quatre heures **après** un repas.



Important : Une position assise ou debout est à privilégier pour visualiser les plis ou crevasses formés sur votre peau.

A	Rassembler le matériel <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Sac à déchets;<input type="checkbox"/> Serviettes;<input type="checkbox"/> Savon;<input type="checkbox"/> Barrière cutanée;<input type="checkbox"/> Pâte;<input type="checkbox"/> Anneau protecteur;<input type="checkbox"/> Sac collecteur;<input type="checkbox"/> Pince fermail (omettre si utilisation de sac avec fermail velcro);<input type="checkbox"/> Ciseaux ou tondeuse électrique;<input type="checkbox"/> Crayon;<input type="checkbox"/> Outil de mesure.	
----------	---	--

B	Conserver le fermail	
----------	-----------------------------	--

C

Retirer l'appareillage

- Détacher le sac de stomie de la barrière cutanée;
- Glisser le sac de stomie dans le sac à déchets;
- Maintenir la peau au dessus de la stomie pour éviter les blessures;
- Décoller la barrière cutanée du haut vers le bas, en tirant;
- Tirer délicatement, sur le champ protecteur avec l'autre main, tout en maintenant en place le sac à déchet;
- Laisser tomber dans le sac à déchets et le nouer pour diminuer les odeurs.



D

Enlever les selles et le mucus sur la stomie à l'aide du papier hygiénique

E

Nettoyer la stomie et la peau

- Laver la stomie et la peau au pourtour avec un linge doux imbibé d'eau et de savon. Un savon doux sans corps gras ni parfum (ex. : Dove blanc non parfumé ou Ivory);
- Rincer à l'eau et éponger pour assécher. Votre peau doit être sèche avant d'appliquer une nouvelle barrière cutanée.



Éviter les lingettes humides pour bébé

Elles sont enduites de substances qui formeront un film sur la peau et diminueront l'adhésion de la barrière cutanée.



F

Observer l'état de la stomie et de la peau pour noter toute irrégularité ou tout problème (se référer aux « soins de la peau » à la page 8)

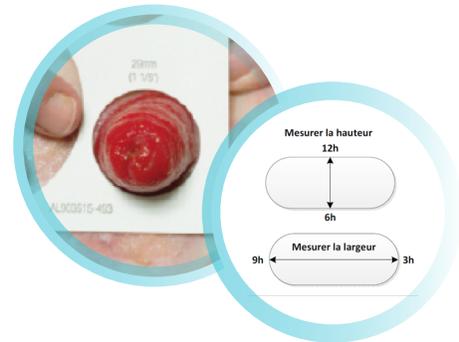
Au besoin, couper les poils aux ciseaux ou à la **tondeuse électrique** et choisir le peigne qui convient afin de ne pas tailler les poils trop au ras de la peau et éviter une folliculite. Les poils trop longs peuvent être la cause de fuites.



G

Mesurer la stomie à l'aide de l'outil de mesure dans votre étui

- Le déposer au pourtour de la stomie **sans la toucher** : un espace de 2 à 3 mm ou 1/8 pouce de plus que la taille de la stomie est recommandé;
- Si votre stomie est irrégulière ou ovale, mesurer sa hauteur et sa largeur (voir dessin à droite) et reporter ces dimensions aux revers de votre nouveau champ protecteur et relier les traits de crayon afin de reproduire le modèle de votre stomie.



H

Couper l'ouverture du champ protecteur

- Rappporter vos dimensions au revers de votre barrière cutanée;
- Tracer la forme;
- Découper à l'extérieur de la ligne tracée.

! *La grosseur de la stomie diminue ou change dans les trois premiers mois après votre chirurgie. La stomie peut aussi varier de grosseur avec un changement corporel tel un gain ou une perte de poids.*



I

Enlever la pellicule plastique

Vous pouvez la conserver pour l'utiliser comme modèle de découpe pour votre prochaine barrière cutanée.

**J**

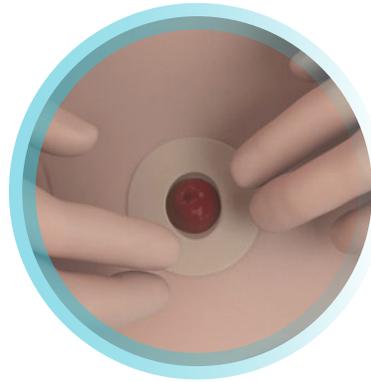
Appliquer la pâte (au besoin)

Déposer une épaisseur d'environ 2 à 3 mm (1/8 pouce) de pâte **au pourtour de l'ouverture** sur l'envers de la barrière cutanée. La pâte aide à remplir les inégalités de la peau et peut améliorer la durée du port de votre appareil.

**K**

Appliquer l'anneau protecteur (au besoin)

Appliquer l'anneau protecteur au pourtour **immédiat de l'ouverture** sur l'envers de la barrière cutanée ou directement sur votre peau. L'anneau aide à protéger contre les fuites ou à remplir les inégalités de la peau.



L

Placer le champ protecteur

- **Placer la barrière cutanée autour de votre stomie en s'assurant que la peau est propre et sèche**, et presser le centre au pourtour immédiat de la stomie;
- Laisser la pâte qui excède en place;
- Retirer les bandelettes latérales et coller les côtés;
- S'assurer que la peau et l'adhésif ne forment aucun pli.



M

Introduire un peu d'air dans le sac

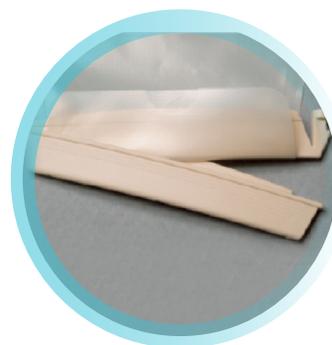
- **Introduire un peu d'air dans le sac** et l'attacher au pourtour en pressant;
- Tirer doucement sur le bras du sac afin de vous assurer qu'il est attaché solidement.



N

Fermer le sac

- Avec fermoir ou attache** : placer le fermoir au bas du sac en laissant 4 à 5 cm (de 2 à 2 ½ pouces) d'espace entre l'extrémité et le fermoir et faire qu'un seul pli.
- Avec velcro** : rouler le fermoir trois fois dans le même sens vers vous et presser la fermeture à partir du centre vers l'extérieur jusqu'à ce que son joint soit étanche.



Les soins de la peau

Il est important que vous observiez régulièrement l'état de la peau au pourtour de votre stomie. Le succès du maintien de l'appareillage est de conserver votre peau saine et intacte grâce à :

- un bon nettoyage (se référer à la page 4);
- un découpage adéquat et un bon assèchement.

Le changement d'appareillage doit se faire immédiatement en présence de problèmes. Ces problèmes de peau peuvent être causés par :

- Une fuite de selles sous l'appareillage;
- Un découpage inadéquat de la barrière cutanée;
- Des changements, soit trop fréquents ou pas assez fréquents, de l'appareillage;
- Des manipulations brusques lors de l'entretien du sac;
- Un nettoyage, un rinçage ou un assèchement inadéquat de la peau;
- L'utilisation d'un produit, d'un savon parfumé ou d'une huile de bain.



Si l'un de ces problèmes survient, procédez à l'installation de l'appareillage et devancez le changement de la fréquence du prochain changement, c'est-à-dire, après trois jours. Si la rougeur augmente, contactez l'infirmière spécialisée ou votre stomothérapeute.