



Vivre avec une

urostomie

Volet soins de votre stomie

Les soins d'hygiène de votre stomie

Votre stomie et les soins à lui prodiguer représentent pour vous une nouvelle expérience. 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.

Avant votre départ de l'hôpital, l'infirmière de votre unité communiquera avec le CLSC de votre région afin que vous puissiez bénéficier du suivi des infirmières pour poursuivre votre apprentissage dans vos soins de stomie. Il serait souhaitable qu'un membre de votre famille ou de votre entourage soit présent.

La vidange de votre sac

L'appareil de stomie doit être vidé lorsqu'il est rempli au 1/3 d'urine. Environ, toutes les 2 à 3 heures, car un sac trop plein peut entraîner un décollement prématuré de votre appareil.

Étapes à suivre (à la salle de bain) :

1. Se laver les mains;
2. Choisir une position confortable (assis ou debout);
3. Pincer l'extrémité du sac (au-dessus du robinet);
4. Diriger l'extrémité du sac vers la toilette;
5. Ouvrir le fermoir;
6. Ouvrir le robinet ou la valve du sac;
7. Relâcher l'extrémité (au-dessus du robinet) afin de laisser s'écouler l'urine;
8. Lorsqu'il n'y a plus d'urine, secouer le robinet ou la valve, l'essuyer avec du papier de toilette;
9. Refermer le robinet ou la valve;
10. Remettre le fermoir en place;
11. Se laver les mains.

L'installation de l'appareillage

Il est recommandé de changer la barrière cutanée à tous les 3 à 5 jours ou avant si vous ressentez :



- Des picotements;
- Des démangeaisons;
- Une sensation douloureuse;
- Des odeurs ou s'il y a fuite d'urine.

Lors du changement de votre appareil de stomie, choisir un moment dans la journée où la stomie peut être moins active. Par exemple, si vous n'avez pas consommé de liquide durant quelques heures, comme pendant la nuit, il y aura moins d'écoulement de l'urine.



Important : Éviter de faire le changement d'appareillage couché. Une position assise ou debout est à privilégier pour visualiser les replis 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"/> Ciseaux ou tondeuse électrique<input type="checkbox"/> Crayon	
B	Vider le sac si présence d'urine	

C	<p>Glisser le sac à déchets par-dessus le sac de stomie</p>	
D	<p>Retirer la barrière cutanée de votre peau</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. 	
E	<p>Enlever l'urine et le mucus sur la stomie à l'aide du papier hygiénique ou d'un linge humide</p>	
F	<p>Nettoyer la stomie et la peau</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>! 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.</p>	

G

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)

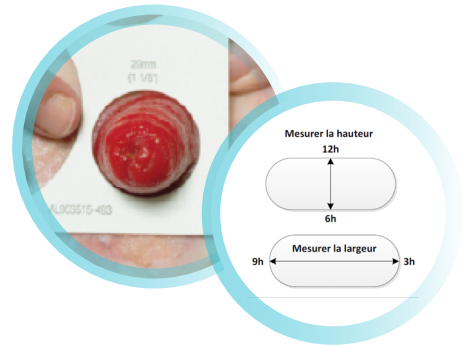
Au besoin, couper les poils au ciseau ou à la **tondeuse électrique** et choisir le peigne qui convient afin de ne pas tailler les poils trop au ras de la peau et éviter une folliculite. Les poils trop longs peuvent être la cause de fuites.



H

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.

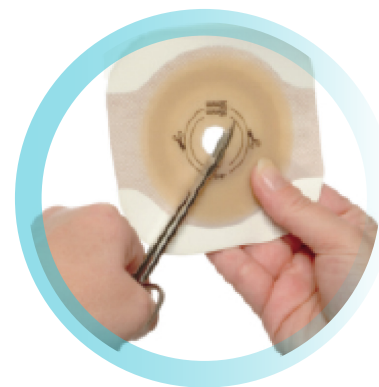


I

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.*



J

Enlever la pellicule plastique

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



K

Appliquer la pâte (au besoin)

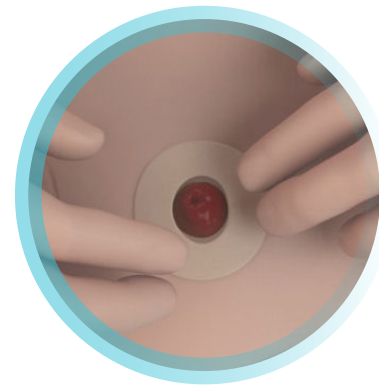
Déposer une épaisseur d'environ 2 à 3 mm (1/8 pouce) de pâte **au pourtour de l'ouverture** sur l'envers de la barrière cutanée. La pâte aide à remplir les inégalités de la peau et peut améliorer la durée du port de votre appareil.



L

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.



M

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.

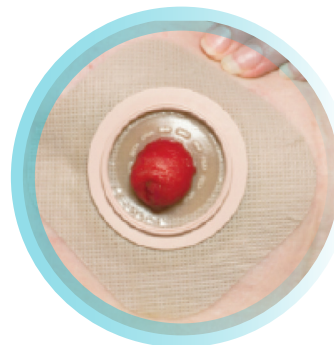
Système deux pièces : Demeure en place jusqu'au prochain changement, c'est-à-dire de 3 à 7 jours. Il est primordial d'effectuer la vidange à la toilette par l'extrémité lorsqu'il est 1/3 rempli.

Le sac peut aussi, selon votre confort, être changé et jeté après 3 à 4 jours.

Système une pièce : Il est possible que le temps de port soit de 3 à 7 jours.

Conseil : Si présence d'écoulement abondant d'urine de la stomie lors du changement, utiliser un contenant de pilule vide dans lequel on dépose du papier mouchoir ou de la ouate. Le placer sur la stomie, afin de recueillir l'urine et ainsi éviter de mouiller la peau autour de la stomie.

Rappel : Ne jamais insérer de mouchoir, tampon ou autre objet dans la stomie. Il est possible que la stomie saigne légèrement lors du changement de l'appareil de stomie. C'est normal, il vous suffit d'appliquer une débarbouillette d'eau froide et faire une légère pression pendant quelques minutes.



Installation du sac à drainage de nuit

Étapes à suivre (à la salle de bain) :

1. Se laver les mains;
2. Procéder à la vidange de votre sac collecteur tel qu'indiqué au point 6;
3. Mettre l'adaptateur en place à l'extrémité de la tubulure du sac à drainage de nuit;
4. Fixer l'adaptateur : la portion rigide à votre sac collecteur;
5. Ouvrir le fermoir à l'extrémité de votre sac collecteur;
6. Ouvrir le robinet ou la valve de votre sac collecteur.

Nous recommandons de fixer la tubulure du sac à drainage de nuit sur la cuisse avec un diachylon ou une attache spéciale en velcro afin d'éviter de faire une traction sur votre sac collecteur. De plus, le sac de nuit doit être toujours plus bas que le niveau de l'abdomen pour assurer l'écoulement de l'urine.

Vous pouvez accrocher votre sac de drainage de nuit à un cintre glissé entre les deux matelas ou à une commode / table de nuit.

Soins d'hygiène du sac de drainage de nuit

Étapes à suivre :

1. Vider le sac à drainage de nuit tous les matins;
2. Rincer le sac avec une solution de vinaigre et d'eau (1/3 de tasse de vinaigre + 2/3 de tasse d'eau tiède), 1 à 2 fois par semaine. Il existe aussi des solutions de nettoyage vendues en pharmacie ou chez les distributeurs de produits de stomie;
3. Faire pénétrer la solution par l'extrémité de la tubulure où se trouve l'adaptateur. Utiliser une seringue avec embout ou un entonnoir. Faire pénétrer la solution à l'intérieur du sac et vider le sac à drainage de nuit par la suite;
4. Le sac à drainage de nuit doit être changé tous les mois;
5. Si vous utilisez un contenant à drainage de nuit, suivre les indications du commerçant.

Les soins de la peau péristomiale

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 3);
- 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 d'urine 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/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, procéder à l'installation de l'appareillage et devancer le changement de la fréquence du prochain changement, c'est-à-dire, après trois jours. Si la rougeur augmente, contacter l'infirmière spécialisée ou le stomothérapeute.