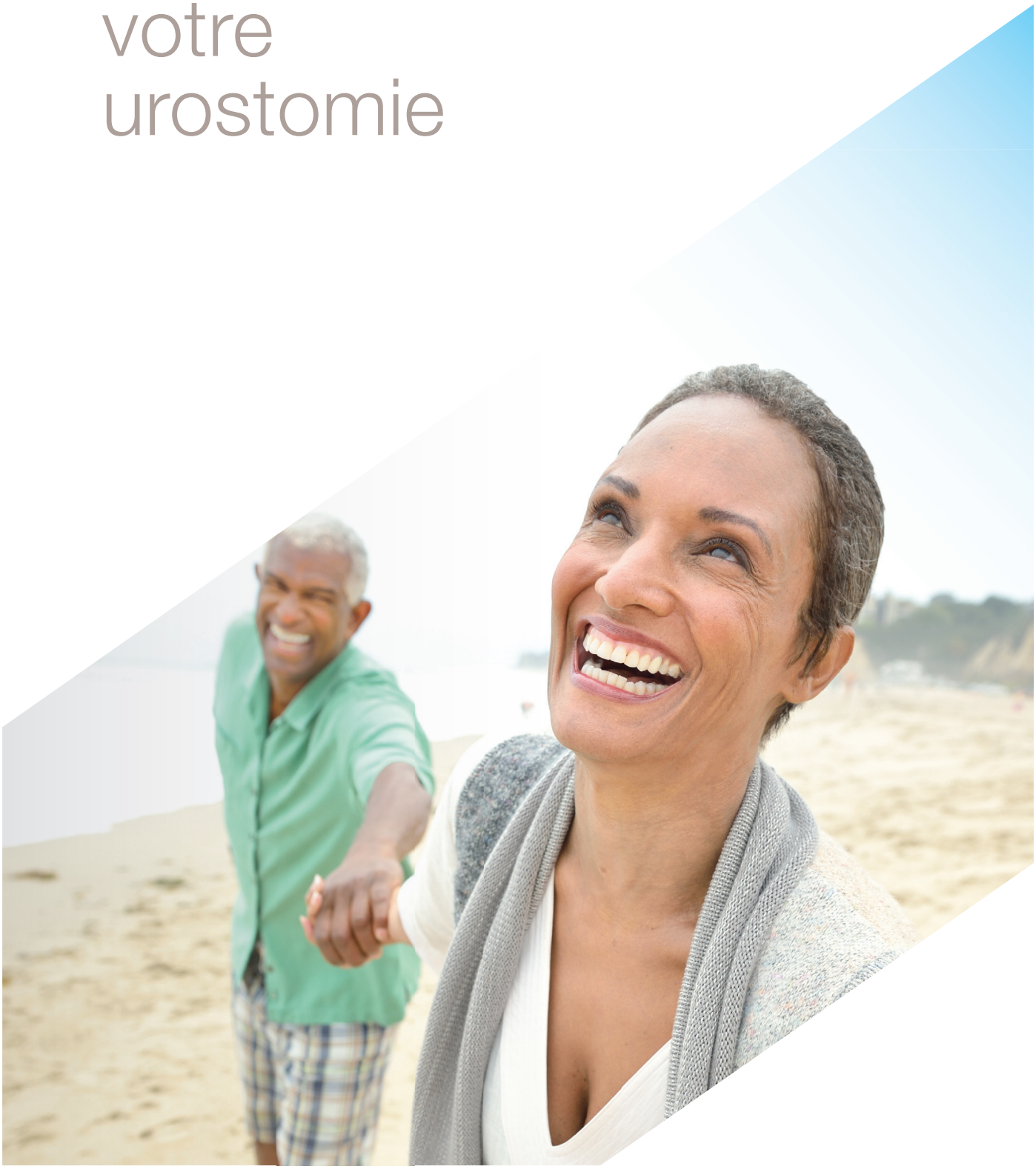
Hollister Education™

Comprendre votre urostomie



59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 1 2020-11-05 7:53 AM

La vie suite à une chirurgie de stomie

En tant que personne qui vit avec une stomie, je comprends l'importance d'être soutenu et encouragé au cours des jours, des semaines, et même des mois qui suivent la chirurgie de stomie. Je sais aussi que la vie est une richesse, et ce que ça signifie de pouvoir continuer de vivre ma vie comme une personne heureuse et productive. Le 18 décembre 2000, j'ai appris ce que redécouvrir la vie après une chirurgie de stomie voulait dire.

Puis-je prendre une douche ? Puis-je nager ? Puis-je encore faire de l'exercice ? Telles sont les questions qui ont traversé mon esprit alors que j'étais étendu dans mon lit, pendant ma convalescence. Au cours des semaines qui ont suivi, j'ai rapidement découvert que la réponse à toutes mes questions était OUI! Il n'en revenait qu'à moi de me prendre en main et d'aller de l'avant, après ma stomie. Ceux qui prenaient soin de moi et qui m'aimaient seraient là pour me soutenir dans mes progrès et ma récupération.

Chacun aura un parcours différent. Il y aura des hauts et des bas. Bien que nos expériences diffèrent, je vous encourage à saisir l'occasion d'un nouveau départ et à ne pas en avoir peur. Rappelez-vous que des ressources et du soutien sont mis à votre disposition. Vous n'êtes pas seul. Nos expériences forgent notre caractère et elles nous permettent de grandir en tant qu'individu. Allez-y et grandissez par cette expérience, et ouvrez-vous sur le monde qui vous entoure.

Cette brochure a été conçue avec soin pour vous : l'individu, le conjoint, le parent, le grand-parent, la personne qui vit avec une stomie. Je souhaite qu'elle vous aide à développer les connaissances et les habiletés dont vous aurez besoin pour aller au-delà de votre stomie, et pour reprendre votre vie.

— BROCK MASTERS
TORONTO, CANADA

Les informations fournies dans cette brochure ne constituent pas des conseils médicaux et ne sont pas destinées à remplacer les conseils de votre médecin ou d'un autre professionnel de la santé. Cette brochure ne doit pas être utilisée pour trouver de l'aide en cas d'urgence médicale. Si vous éprouvez une urgence médicale, veillez à vous faire soigner immédiatement.

59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 1 2020-11-05 7:54 AM

Si vous devez, ou avez récemment subi une chirurgie pour une urostomie, cette brochure peut vous aider à mieux comprendre celle-ci et comment la prendre en charge. Le plus vous en saurez sur ce sujet, le mieux outillé vous serez pour répondre à vos craintes au sujet de votre urostomie.

Il est important de savoir que vous n'êtes pas seul. Chaque année, des milliers de personnes doivent subir une urostomie.

Pour certains, il s'agit d'une chirurgie permettant de sauver leur vie, soit suite à un accident, ou pour retirer un cancer. Peu importe la raison, avoir des questions et des craintes est une chose normale.

Cette brochure vous est offerte par "Hollister Education". Celle-ci se veut un complément à l'enseignement que vous a offert votre professionnel de la santé et/ou votre infirmière stomothérapeute, une infirmière spécialisée dans la prise en charge des stomies.

59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 2 2020-11-05 7:54 AM

Table des matières

4 Être prêt

- Avant votre chirurgie
- Le système urinaire
- Qu'est-ce qu'une urostomie?
- Types d'urostomies
- La stomie
- L'urine d'une urostomie

8 Appareillages de stomie

- Systèmes une pièce et deux pièces
- Valve de drainage
- Sac collecteur pour le lit

10 Prendre soin de vous

- Soins de la peau
- Bain ou douche
- Alimentation et liquides
- Odeurs
- Prévention des infections des voies urinaires

12 Soins courants de votre urostomie

- Tenue vestimentaire
- Retour au travail et voyages
- Activité physique, exercice et sport
- Vie sexuelle et relations personnelles

16 Soins de suivi

- Liste pour votre congé
- Service Secure Start
- Matériel de stomie
- Quelle quantité commander
- À quel moment contacter votre stomothérapeute

20 Ressources

21 Lexique

Un lexique est disponible à la fin de cette brochure afin de vous expliquer certains termes qui ne vous sont pas familiers.

Être prêt

Avant la chirurgie

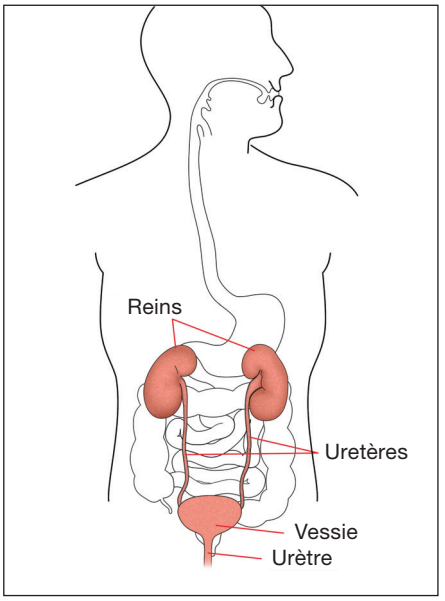
Le choix de l'emplacement de votre stomie sur votre abdomen est une partie très importante des préparatifs pour votre chirurgie. Généralement, un conduit iléal est situé sur l'abdomen, dans ce qu'on appelle le quadrant inférieur droit. C'est une zone située juste en dessous de la taille, à la droite de votre nombril.

Avant votre opération, votre stomothérapeute et votre chirurgien détermineront le meilleur emplacement de votre stomie. Idéalement, la stomie devrait être placée sur une surface lisse de la peau. La stomie devrait être positionnée là où vous pouvez la voir facilement et en prendre soin vous-même.

Le système urinaire

Le système urinaire chez les humains débute avec les reins. Ce sont deux organes en forme de haricot situés juste au-dessus de la taille, vers l'arrière.

L'urine, ou déchet liquide, coule des reins par deux tubes minces appelés uretères et s'accumule dans la vessie. L'urine s'écoule continuellement. Un sphincter permet de retenir l'urine jusqu'au moment propice pour uriner ou vider la vessie. Quand une personne urine, elle relaxe le sphincter et l'urine est éliminée hors du corps par un tube mince appelé urètre.



59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 4 2020-11-05 7:54 AM

Qu’est-ce qu’une urostomie?

Une urostomie est une stomie (ouverture chirurgicale) créée pour drainer l’urine. Une urostomie permet à l’urine de s’écouler du corps après que la vessie ait été retirée ou court-circuitée. Une urostomie peut aussi être appelée dérivation urinaire. Chez la personne ayant une urostomie, l’urine ne peut plus être éliminée par l’urètre. Elle l’est plutôt par le biais de l’urostomie.

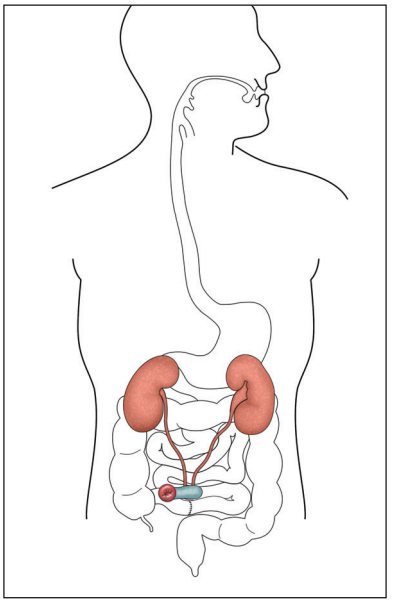
Comme une urostomie n’a pas de sphincter, vous n’avez plus de contrôle sur l’évacuation de l’urine. C’est pourquoi vous devez porter un sac pour collecter l’urine.

Types d’urostomies

Votre chirurgien choisira l’une des nombreuses méthodes servant à créer une urostomie ou dérivation urinaire. La plus courante est celle qui consiste à créer un conduit iléal.

Pour ce faire, le chirurgien enlève une petite partie du petit intestin (iléon). Ce petit bout d’intestin servira de canal – ou conduit – qui permettra l’évacuation de l’urine. Les quelques centimètres que le chirurgien retire pour le conduit iléal ne perturberont pas le fonctionnement de l’intestin. Le chirurgien reconnecte l’intestin qui continue de fonctionner comme auparavant. Le chirurgien ferme un bout du conduit, y insère les uretères et ramène la partie ouverte à travers la paroi abdominale. Cette nouvelle ouverture pratiquée sur l’abdomen s’appelle une stomie.

Chaque stomie est unique. Il est fort probable que votre stomie diffère de celle de quelqu’un d’autre. Votre stomie sera probablement enflée après la chirurgie. Cela peut prendre plusieurs semaines ou plusieurs mois avant que la stomie rétrécisse jusqu’à sa taille définitive.



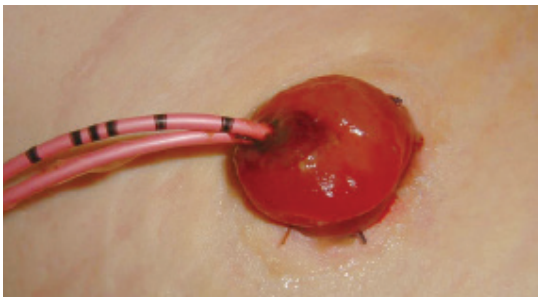
Conduit iléal

59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 5 2020-11-05 7:54 AM

La stomie

Tel que mentionné précédemment, votre stomie sera probablement enflée suite à votre chirurgie. Cela peut prendre plusieurs semaines ou plusieurs mois avant que celle-ci rétrécisse jusqu'à sa taille définitive. Bien que les stomies varient au niveau de leurs formes et grandeurs, une stomie en santé devrait être:

- De couleur rose ou rouge, avec un certain niveau d'humidité
- Non douloureuse
- En mesure de saigner assez facilement lorsque celle-ci est frottée ou frappée (lorsque vous la lavez par exemple). Ce saignement devrait cesser rapidement cependant. Si le saignement devait persister, contacter rapidement votre professionnel de la santé ou votre stomothérapeute.



Capable de voir son écoulement aller directement dans le sac de stomie, peu importe que votre stomie soit grande ou petite, saillante ou au niveau de la peau. Si l'urine provenant de votre stomie contient du sang, vous devez absolument contacter votre stomothérapeute ou votre professionnel de la santé.

De petits tubes appelés drains peuvent être insérés lors de l'opération. Ils seront retirés plusieurs semaines après la chirurgie. Les drains dépassent de la stomie et se déversent dans votre sac. Ils seront retirés par votre médecin ou votre infirmière stomothérapeute.

59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 6 2020-11-05 7:54 AM

L’urine d’une urostomie

L’urine commencera à s’écouler par la stomie immédiatement après l’opération. Au début, l’urine aura peut-être une légère coloration rouge, mais après quelques jours, elle reprendra sa couleur normale.

Il est possible que vous observiez du mucus dans votre urine lorsqu’elle s’accumule dans le sac. Le mucus est produit par le segment d’intestin qui a été utilisé pour créer votre conduit.

Appareillages de stomie

L'appareillage de stomie qu'on utilise à l'hôpital est souvent rudimentaire et conçu pour fonctionner avec une variété de stomies différentes. Après votre retour à la maison, vous pouvez essayer différents appareillages pour trouver celui qui fonctionne le mieux pour vous.

Il existe deux différents types d'appareillages de stomie — chaque système comprend un champ protecteur.

Le champ protecteur est la partie adhésive de votre appareillage. Il aide à protéger la peau no coma, et il permet de fixer votre appareillage sur votre peau.

Les systèmes une pièce

Dans le cas d'un système une pièce, le champ protecteur est attaché au sac, de sorte qu'ils ne forment qu'une seule pièce

Les systèmes deux pièces

Dans un système deux pièces, le champ protecteur est distinct du sac, d'où le terme « deux pièces ». Les pièces s'enclenchent au moyen d'une collerette, qui ressemble à un anneau de plastique.

Valve de drainage

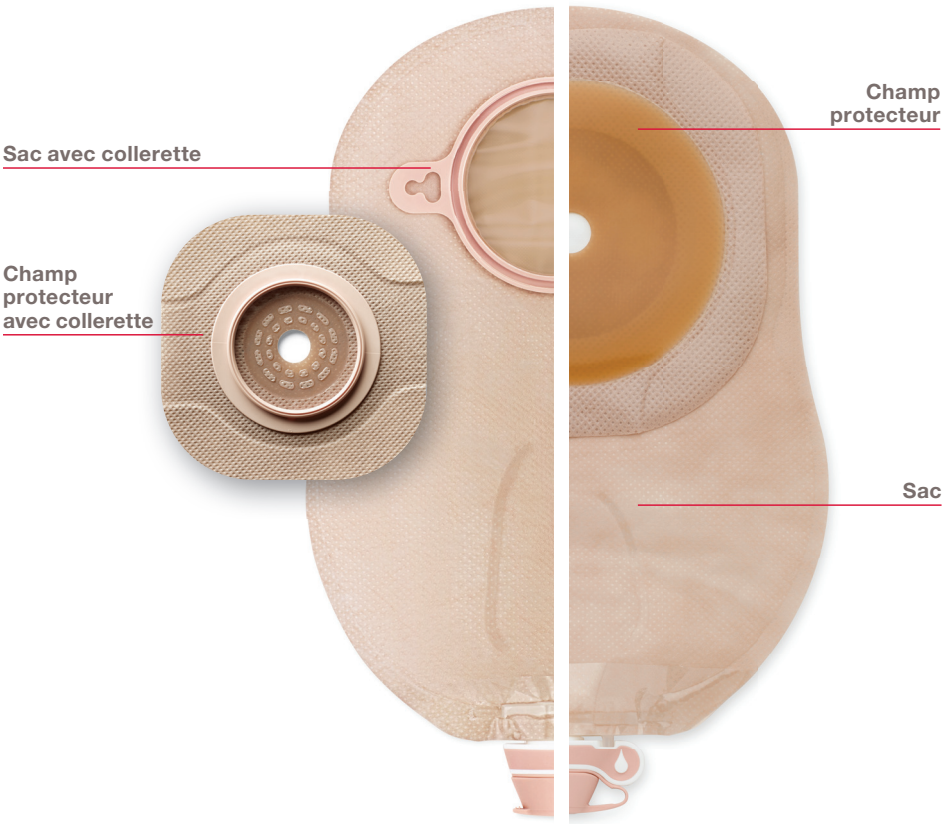
Chaque sac d'urostomie est muni d'une valve de drainage située à la partie inférieure, afin qu'il puisse être vidé au besoin. Pendant la journée, la plupart des gens vident leur sac aussi souvent qu'ils iraient normalement aux toilettes.

Sac collecteur pour le lit

Pendant la nuit, une section de tube flexible d'un sac collecteur pour le lit peut être connectée à la valve de drainage du sac. Cela permet à l'urine de s'écouler vers un sac collecteur pour le lit pendant votre sommeil. Plusieurs personnes préfèrent utiliser un sac collecteur pour le lit plutôt que d'avoir à se lever pendant la nuit pour vider le sac.

59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 8 2020-11-05 7:54 AM

Système deux pièces | Système une pièce



59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 9 2020-11-05 7:55 AM

Prendre soin de vous

Soins de la peau

La peau entourant votre stomie est appelée ‘’peau péristomiale”. Prenez l’habitude de nettoyer celle-ci à chaque changement de champ protecteur. L’idéal est de garder les choses simples quand nous prenons soin d’une stomie. C’est pourquoi, certaines personnes n’utilisent que de l’eau pour nettoyer la peau péristomiale.

La peau péristomiale devrait être intacte, sans irritation, ni rougeur. Celle-ci devrait être similaire à la peau de votre corps. Un champ protecteur vous permettant d’avoir le meilleur ajustement possible et une formulation optimale, pourra vous aider à garder la peau péristomiale en bonne santé.

Si votre peau péristomiale est rouge, endommagée, ou présente un surplus d’humidité, n’hésitez pas à contacter votre stomothérapeute ou votre professionnel de la santé. Assurez-vous d’évaluer votre peau péristomiale régulièrement afin d’être certain que celle-ci est en santé, ou afin d’agir le plus rapidement possible en présence de complications cutanées.

Bain ou douche

Avec une urostomie, vous pouvez prendre une douche ou un bain comme vous le faisiez auparavant. L’eau et le savon ne couleront pas dans la stomie et ne l’endommageront aucunement. Vous pouvez choisir de garder ou d’enlever votre appareillage de stomie durant le bain ou la douche, comme il vous plaira. Des résidus de savon peuvent parfois nuire à une bonne adhérence du champ protecteur ou de l’adhésif sur la peau. Par conséquent, choisissez un savon ou un nettoyant sans résidu.

Si vous portez un système deux pièces et que vous décidez de prendre une douche en enlevant uniquement le sac, l’eau peut éventuellement interférer avec l’adhésion du champ protecteur. Vérifiez attentivement après la douche.

Alimentation et liquides

Pour la plupart des gens, une urostomie affecte peu leur alimentation. Il est fort possible que vous ayez à augmenter la quantité de liquides que vous buvez. Pour garder vos reins en bon état – et pour prévenir les infections urinaires – vous devriez boire plusieurs verres d’eau chaque jour.

Si vous avez des questions au sujet de votre alimentation ou des liquides que vous devez boire,consultez votre médecin, votre stomothérapeute ou une diététiste.

CONSEILS PRATIQUES

- **Boire beaucoup d’eau chaque jour est un bon moyen de prévenir les infections des voies urinaires.**
- **Ayez une alimentation équilibrée.**
- **Si vous mangez des betteraves, votre urine prendra une coloration rouge. Cette situation est temporaire et ne devrait pas vous inquiéter.**
- **Les asperges et les fruits de mer peuvent causer des odeurs.**

59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 10 2020-11-05 7:55 AM

Odeurs

L'odeur est une grande source d'inquiétude pour les gens qui s'apprêtent à subir une chirurgie de stomie. De nos jours, les sacs d'urostomie sont fabriqués avec une pellicule à l'épreuve des odeurs qui les empêche de se répandre. L'odeur ne devrait être perceptible que lorsque vous viderez ou changerez le sac. Si vous sentez une odeur à tout autre moment, vérifiez l'étanchéité du sac.

Certains aliments et suppléments alimentaires peuvent donner une forte odeur à votre urine, et certains médicaments peuvent aussi en perturber l'odeur.

Prévention des infections des voies urinaires

Les gens qui ont une dérivation urinaire peuvent développer des infections urinaires – pouvant causer des problèmes rénaux. Certains signes peuvent indiquer la présence d'une infection des voies urinaires, dont :

- Urine foncée et brouillée
- Urine à odeur forte
- Douleurs lombaires (là où sont situés les reins)
- Fièvre
- Perte d'appétit
- Nausées
- Vomissements

59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 11 2020-11-05 7:55 AM

Soins courants de votre urostomie

Lorsque votre docteur vous avise qu'il est approprié de le faire, vous pouvez reprendre vos activités habituelles. Vous vous habituerez à votre appareil Hollister et développerez un horaire qui convient à votre style de vie. Voici quelques directives pour bien prendre soin de votre urostomie :

- Vidangez votre sac lorsqu'il est plein au tiers ou à moitié.
- Remplacez votre sac sur une base régulière, avant que des fuites ne se produisent. Cela deviendra plus naturel lorsque vous aurez déterminé ce qui fonctionne le mieux pour vous.
- La durée de port maximale recommandée pour un même champ protecteur est généralement de sept jours. Il est toutefois plus commun de le remplacer deux fois par semaine.
- Si vous employez un savon, assurez-vous que votre savon ne contient pas des huiles ou des lotions qui peuvent interagir avec les adhésifs.
- Rincez votre peau à l'eau, et asséchez-la complètement avant d'appliquer un nouveau sac.
- Avant d'appliquer votre champ protecteur, mettez-le sur votre corps pour environ 30 à 60 secondes. La pression et la chaleur aident à activer l'adhésif.
- Si vous portez un système deux pièces, essayez d'appliquer votre champ protecteur en biais, pour créer une forme de losange, pour obtenir un meilleur ajustement.
- Vous pouvez prendre une douche ou un bain avec votre champ protecteur et votre sac en place, ou pouvez les enlever avant le bain. L'eau ne blessera pas et ne s'infiltrera pas dans votre stomie.
- Le fait d'enlever le sac collecteur du système deux pièces, avant de prendre une douche, peut nuire à l'adhérence du champ protecteur. Prenez le temps de bien vérifier le tout par la suite.
- Si votre peau devient rouge ou douloureuse, ou si votre sac ne reste pas en place, assurez-vous de consulter votre médecin ou votre stomothérapeute.
- Utilisez un système de drainage nocturne (ou levez-vous régulièrement pour vider votre sac).

59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 12 2020-11-05 7:56 AM

Tenue vestimentaire

Après une urostomie, bien des gens s'inquiètent que le sac puisse se voir sous leurs vêtements. Certains croient qu'ils ne pourront plus porter de vêtements « normaux » ou qu'ils devront porter des vêtements trop grands pour eux. En fait, vous pourrez continuer à porter le même genre de vêtements qu'avant votre opération. En réalité, les sacs sont maintenant si minces et s'ajustent si près du corps qu'il est fort possible que personne ne se rende compte que vous portez un sac – à moins bien sûr que vous ne leur disiez.

Le sac peut être porté à l'intérieur ou à l'extérieur des sous-vêtements. Les femmes peuvent porter des collants et des gaines. De plus, optez pour un maillot de bain à motifs de préférence à un modèle uni.

Retour au travail et voyages

Comme c'est le cas après toute opération, vous aurez besoin d'une période de convalescence. Assurez-vous de vérifier auprès de votre médecin avant de reprendre le travail ou toute activité intense.

Après votre convalescence, votre urostomie ne devrait pas vous limiter dans vos occupations. Vous devriez être en mesure de retourner travailler et de voyager à peu près partout. Lors de vos déplacements, il est toujours préférable que vous apportiez vos propres produits. Apportez-en toujours plus que vous pensez en avoir besoin. Si vous avez besoin d'acheter des fournitures pendant un voyage, les produits d'urostomie sont disponibles auprès des détaillants de produits médicaux ou chirurgicaux à travers le monde.

CONSEILS PRATIQUES

- **Lors d'un voyage en avion, placez vos produits de stomie dans le sac de cabine.**
- **Il est maintenant interdit d'emporter des ciseaux à bord d'un avion. N'oubliez pas de précouper vos produits.**
- **Informez-vous auprès de votre compagnie aérienne à propos des restrictions concernant le transport de liquides, de gels et d'aérosols.**
- **Songez à emporter une carte de voyage qui contient des informations à propos de votre stomie. Cela peut s'avérer utile pour communiquer avec le personnel de sécurité de l'aéroport.**
- **Bouclez votre ceinture de sécurité au-dessus ou en dessous de votre stomie.**
- **Rangez vos produits de stomie dans un endroit frais et sec.**
- **Sachez où contacter une infirmière stomothérapeute locale lorsque vous voyagez.**

59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 13 2020-11-05 7:56 AM

Activité physique, exercice et sport

Vous pouvez reprendre vos activités normales lorsque votre médecin vous dit qu'il est approprié de le faire. Une urostomie ne devrait pas vous empêcher de faire de l'exercice ou du sport. Mis à part les sports de contact très violents ou le lever de poids lourds, vous devriez pouvoir continuer à pratiquer les activités auxquelles vous vous adonniez avant votre opération.

Les personnes urostomisées peuvent nager, faire du ski nautique, jouer au golf, au tennis, au volleyball, à la balle molle, faire de l'escalade, de la voile ou du jogging exactement comme avant l'opération. Prenez note que la chaleur et l'humidité peuvent réduire le temps de port de l'appareillage de stomie. Par température chaude et après l'activité, vous devriez vérifier le niveau d'adhérence du champ protecteur. De plus, vous pourriez ajouter des rallonges adhésives sur les bords du champ protecteur avant la baignade.

CONSEILS PRATIQUES

- **Videz votre sac avant la baignade.**
- **Vous pourriez ajouter des rallonges adhésives sur les rebords du champ protecteur, avant la baignade.**
- **Vous pourriez devoir remplacer votre sac plus souvent si vous le portez dans un spa ou dans un sauna.**

Vie sexuelle et relations personnelles

Parce qu'une urostomie est une opération qui modifie le corps, plusieurs sont inquiets des effets qu'aura cette opération sur leur vie privée et de la réaction de leur conjoint. Les célibataires qui amorcent une nouvelle relation sont quant à eux préoccupés et se demandent comment informer l'autre personne de leur stomie, et du moment pour le faire.

Après une chirurgie, quelle qu'elle soit, le soutien des partenaires peut aider à la guérison. La solution réside bien sûr dans la compréhension et la communication.

Une urostomie affecte les deux partenaires d'une relation et tous deux doivent s'adapter, chacun à sa manière. Faites savoir à votre partenaire que les rapports sexuels ne nuiront ni à vous, ni à votre stomie, pour autant que la stomie ne soit pas utilisée pour des rapports sexuels. Si vous avez des préoccupations à propos de l'adaptation au plan émotif suite à la chirurgie, assurez-vous d'en discuter avec votre médecin ou votre stomothérapeute.

Si vous voulez avoir des enfants, sachez qu'après une convalescence réussie, il est encore possible pour une femme ayant une stomie d'avoir des enfants. Par ailleurs, de nombreux hommes sont devenus pères après une urostomie. Si vous désirez en savoir plus sur la grossesse, n'hésitez pas à le demander à votre médecin ou à votre stomothérapeute.

CONSEILS PRATIQUES

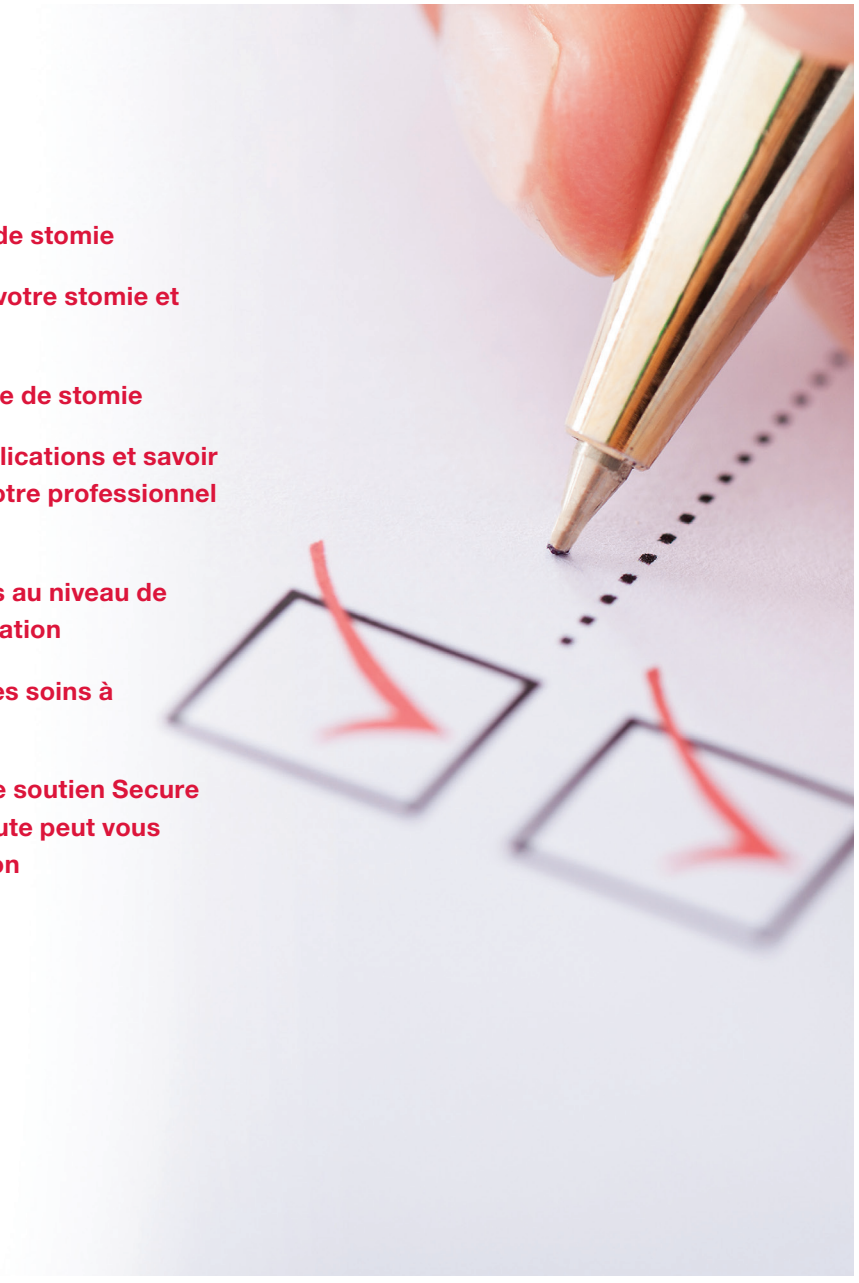
- **Videz votre sac avant toute relation sexuelle.**
- **Les activités sexuelles ne sont pas dangereuses pour vous ou votre stomie.**
- **Si vous le désirez, vous pouvez porter un petit sac ou un couvre-stomie durant la relation sexuelle.**
- **Un sac beige ou un couvre-sac peuvent aider à dissimuler le contenu du sac.**
- **La lingerie peut dissimuler le sac et le maintenir près de votre corps.**

59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 15 2020-11-05 7:56 AM

Renseignements lors du congé de l'hôpital

Maintenant que vous quittez l'hôpital, il y a certaines choses dont vous devez savoir.

Ci-dessous, vous trouverez une liste de points importants à revoir avec votre stomothérapeute. Ceux-ci vous permettront de faciliter votre retour à domicile.



APPRENDRE À:

- ☐ **Vider votre sac de stomie**
- ☐ **Enlever votre appareillage de stomie**
- ☐ **Évaluer et prendre soin de votre stomie et de votre peau péristomiale**
- ☐ **Appliquer votre appareillage de stomie**
- ☐ **Évaluer les signes de complications et savoir à quel moment consulter votre professionnel de la santé**
- ☐ **Suivre les lignes directrices au niveau de l'alimentation et de l'hydratation**
- ☐ **Suivre les directives pour les soins à domicile (si applicables)**
- ☐ **S'inscrire au programme de soutien Secure Start - votre stomothérapeute peut vous aider à faire cette inscription**

Programmes de départ

Vous avez possiblement des questions en lien avec votre stomie, comment s'occuper de celle-ci, ou comment reprendre la vie que vous aviez avant l'opération. Le service Secure Start est là pour vous supporter dans ce processus, et ce, gratuitement.

L'inscription est simple et vous permet d'accéder à ce service pour votre vie. Demandez à votre stomothérapeute de vous aider avec cette inscription, ou faites-le vous même en contactant le 1 866 789-7574

Voici comment le service fonctionne :

Au moment de l'inscription, vous recevrez une trousse de départ comprenant les éléments suivants: un sac de transport pour vos produits, un guide de mesure pour stomie, un miroir, une paire de ciseaux et des guides éducatifs. Vous serez alors jumelé à une coordinatrice du Service Secure Start. Celle-ci vous aidera à mieux comprendre votre trousse de départ et s'assurera que vous avez accès à l'aide dont vous avez besoin, incluant:

- La recherche du meilleur produit pour vous
- L'aide pour les réclamations à votre compagnie d'assurances
- La recherche d'un détaillant de produits qui pourra répondre à vos attentes
- Avoir accès à une infirmière spécialisée en stomie au téléphone, afin de trouver réponse à vos questions au sujet de nos produits
- La remise d'information au niveau des produits et de l'éducation sur les habitudes de vie avec une stomie en général.
- Avoir accès aux ressources dans votre milieu.

Votre coordinatrice du service Secure Start vous contactera à quelques reprises pour voir comment vous allez et s'assurer de répondre à vos questions. Vous devriez recevoir un premier appel de sa part dans les 48 heures suivant votre inscription au service Secure Start.

Pour en savoir davantage au sujet de la prise en charge de votre stomie, ou pour savoir comment le service Secure Start peut vous supporter, contacter le 1 866 789-7574 ou le securestartcanada@hollister.com dès maintenant.

59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 17 2020-11-05 7:56 AM

Matériel de stomie

Une fois le produit optimal identifié, il est temps de trouver un détaillant qui pourra vous supporter pour les prochaines années. Il y a plusieurs points importants à prendre en considération lorsque nous cherchons un détaillant de confiance.

- Voulez-vous travailler avec un détaillant local, une pharmacie de votre région, ou un détaillant pouvant distribuer à la grandeur de la province?
- Est-ce que votre détaillant à la capacité de facturé directement votre assurance et ainsi facilité le paiement de vos fournitures?
- Avez-vous déjà un détaillant pour vos autres fournitures médicales?

Une bonne partie des fournitures de stomie peuvent ête remboursées par les assurances privées ou par un programme gouvernementale. Parlez-en à votre détaillant pour en savoir davantage.

59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 18 2020-11-05 7:56 AM

Quelle quantité commander

Votre quantité mensuelle de produits de stomie est déterminée principalement par le type de stomie, son emplacement sur le corps, et l'état de la peau entourant la stomie. Cela dépend vraiment de votre situation specifique.

Quand téléphoner à votre stomothérapeute

Téléphonez à votre infirmière stomothérapeute dès que vous remarquez l'un des problèmes suivants :

- Tout signe d'infection des voies urinaires :
  - Urine foncée, brouillée ou odeur forte
  - Douleurs lombaires (là où sont situés les reins)
  - Nausées ou vomissements
  - Fièvre
  - Perte d'appétit
- Irritation de la peau
- Cristaux d'urine sur ou autour de la stomie
- Fuites récurrentes du sac ou du champ protecteur
- Peau verruqueuse ou décolorée autour de la stomie
- Saignement excessif de la stomie
- Sang dans les urines
- Un renflement de la peau autour de la stomie
- Une stomie qui semble s'allonger

59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 19 2020-11-12 11:59 AM

Ressources

Votre professionnel de la santé et votre infirmière stomothérapeute seront des ressources très importantes pour vous au cours des prochains jours. Vous avez aussi accès en tout temps à de l'information en ligne ou à de la documentation informative en visitant le **www.hollister.com**. Par exemple :

- **Série de brochures « Comprendre votre stomie » :** fournit de l'information et du soutien pour vos proches, afin de vous aider à vivre pleinement après une chirurgie de stomie.

- **Conseils de soin « Soins courants de votre stomie » :** fournissent des renseignements sur la façon de prendre soin d'une stomie

- **Modules vidéo « DVD éducatif » :** présentent une vue d'ensemble des produits de stomie, en vous aidant à choisir les produits qui vous conviennent et à apprendre à les utiliser.

- **Modules vidéo « Vivre avec votre stomie » :** présentent le point de vue de d'autres personnes qui ont subi une chirurgie de stomie et comment elles mènent une vie productive et bien remplie.

Les groupes de soutien pour stomisés sont offerts aux personnes qui ont subi une chirurgie de stomie. Vous pourrez y interagir avec des personnes qui font face aux mêmes défis que vous. Il peut être très bénéfique de pouvoir discuter de certains problèmes avec quelqu'un qui comprend ce que vous vivez.

Service Secure Start de Hollister
1 888 808-7456
www.securestartservices.com

Société Canadienne des Personnes Stomisées
1 888 969-9698
www.ostomycanada.ca
info1@ostomycanada.ca

Association Québécoise des Personnes Stomisées
949, rue Pierre-Lacroix
Montréal (Quebec)
H1B 3C7
info@aqps.org

Crohn et Colite Canada
1 800 387-1479
www.crohnetcolite.ca

Société canadienne du cancer
1 888 939-3333
www.cancer.ca/fr-ca

59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 20 2020-11-05 7:56 AM

Lexique

Anus
Ouverture à l'extrémité du système digestif et par laquelle les selles sont évacuées.

Champ protecteur
Composante importante de l'appareillage de stomie. Il protège la peau et aide à maintenir l'appareillage contre le corps.

Côlon
Autre terme pour désigner le gros intestin ou la dernière portion du tractus gastro-intestinal.

Colostomie
Stomie (ouverture chirurgicale) créée dans le côlon, ou gros intestin.

Déshydratation
Perte d'une quantité excessive d'eau par le corps.

Diarrhée
Selles évacuées par la stomie qui sont plus molles et liquides qu'à l'habitude.

Hernie
Faiblesse des muscles de soutien autour de la stomie, qui se manifeste par l'apparition d'une bosse.

Iléostomie
Stomie (ouverture chirurgicale) créée dans l'intestin grêle ou petit intestin.

Peau péristomiale
Peau située autour de la stomie.

Périnée
Région située entre l'anus et les organes génitaux.

Rectum
Dernière section du système digestif, avant l'anus. Les selles s'y accumulent avant d'être évacuées.

Sac
Sac qui recueille les effluents de la stomie. Les types de sacs sont : vidables, fermés et pour urostomie, selon le type de stomie que vous avez.

Selles
Déchets rejetés par l'intestin. Aussi appelées matières fécales ou excréments.

Stomie
Ouverture créée chirurgicalement dans le tractus gastro-intestinal ou urinaire.

Temps de port
Durée pendant laquelle un appareillage de stomie peut être utilisé. Le temps de port varie d'une personne à l'autre.

Urostomie
Stomie (ouverture chirurgicale) créée pour drainer l'urine.

59484_UnderstandingYourUrostomy_FRE.indd 21 2020-11-05 7:56 AM

www.hollister.com

Hollister Limited
Aurora, Ontario
800.263.7400

Le logo Hollister et Secure Start sont des marques déposées de Hollister Incorporated.

© 2016 Hollister Incorporated.

923056-1216