

Iléostomie à haut débit

Une stomie produisant plus de 2 litres (2 000 mL) d'effluent par jour est considérée comme une stomie à haut débit.

Débit normal	Mise en garde	Risque élevé de déshydratation
<p>L'écoulement normal d'une iléostomie devrait avoir la consistance d'un dentifrice ou du gruau</p>	<p>Des selles liquides sur une période supérieure à 12 heures doivent faire l'objet d'un examen plus poussé et certains changements au régime alimentaire doivent être envisagés</p>	<p>Des selles liquides sur une période supérieure à 24 heures requièrent l'intervention d'un professionnel de la santé</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Le sac collecteur devrait être vidé entre quatre et six fois par jour • Il est normal que la consistance des selles varie dans la journée, en fonction des aliments consommés • Essayez de manger à des intervalles réguliers et évitez de sauter des repas • Le meilleur moment pour changer votre appareillage est le matin, avant d'avoir bu ou mangé quoi que ce soit • Buvez environ deux litres de liquides par jour • Si le débit fluctue grandement au cours de la journée, envisagez de tenir un journal alimentaire 	<ul style="list-style-type: none"> • Si vous devez vider votre sac plus de six fois par jour, vous risquez alors de vous déshydrater. • Augmentez votre apport en sodium en consommant des aliments riches en sodium, comme des bouillons, des légumes en conserve et du jus de tomate • Adoptez un régime alimentaire contenant des matières grasses en quantité modérée et plus de glucides complexes <ul style="list-style-type: none"> — Féculents : pains, bagels, pain de maïs, pâtes, riz • Réduisez votre consommation de fruits et de légumes à feuilles vertes (y compris les jus de fruits) • Décalez vos consommations d'aliments et de boissons – consommez des liquides une demi-heure avant ou après les repas • Vérifiez la couleur de vos urines <ul style="list-style-type: none"> – elles devraient toujours être de couleur jaune clair 	<ul style="list-style-type: none"> • Contactez votre infirmière spécialisée en soins de stomies ou votre médecin. • Apprenez à reconnaître les signes et les symptômes de la déshydratation : <ul style="list-style-type: none"> — Soif accrue, léthargie, crampes musculaires, bouche sèche, crampes abdominales, diminution de la quantité d'urines et étourdissements en position debout

