

## Conseils pour garder votre peau en santé

### ✓ À faire

- Toujours nettoyer votre peau avec de l'eau tiède
- Changer votre appareillage d'une façon routinière
- Modifier la taille de votre champ protecteur au besoin
- Simplifier la prise en charge de votre stomie
- Inspecter l'état de votre peau lors de chaque changement d'appareillage
- Retirer votre champ protecteur soigneusement
- Aviser votre infirmière spécialisée en soins de stomie de tout changement de médication
- Garder contact avec votre infirmière spécialisée en soins de stomie

### ✗ À ne pas faire

- Utiliser un savon ou toute autre solution pour nettoyer votre peau
- Attendre d'avoir une fuite avant de changer votre appareillage
- Ajouter des accessoires dans votre routine de soins
- Retirer votre champ protecteur trop brusquement
- Ignorer tout changement au niveau de votre peau, même si celui-ci est mineur
- Tenter de régler les problématiques vous-même, sans consulter votre infirmière spécialisée en soins de stomie

Nous souhaitons remercier Madame Jo Hoeflok (infirmière spécialisée en soins de stomie du Canada) pour l'élaboration du contenu de ce document.

Le logo Hollister et "Peau saine. Résultats positifs" sont des marques de commerce de Hollister Incorporated.  
© 2020 Hollister Incorporated.



**Gardez l'oeil ouvert.**

**Maintenez la santé de votre stomie**

**et de votre peau péristomiale.**

**Il est important de prendre soin de votre stomie et de la peau qui l'entoure**

Nous savons que la majorité des gens ne savent pas reconnaître un problème de stomie. Cette carte "**Gardez l'oeil ouvert**" vous aidera à évaluer votre stomie et votre peau péristomiale, en vous montrant ce qui est normal et ce qui ne l'est pas.

## Jetez un oeil sur ce qui est **normal**



Votre peau **devrait être:**

- Sèche
- Sans irritation
- Sans rougeur
- Sans peau morte

## Jetez un oeil sur ce qui est **anormal**



Est-ce que votre peau comporte **une, ou plus,** des atteintes suivantes?

- Irritation
- Humidité ou peau morte
- Brûlure
- Rougeur
- Démangeaisons
- Douleur

## Votre carte "**Gardez l'oeil ouvert**"



Si vous avez des questions au sujet de votre stomie ou de votre peau péristomiale, contactez votre infirmière spécialisée en soins de stomie.

**1 800 263-7400**

Merci de contacter le service à la clientèle selon la plage horaire suivante:

Lundi au vendredi entre 8h30 et 17h  
(heure normale de l'est)

Votre infirmière:

.....

Numéro de téléphone:

.....