

## Soins courants de votre stomie

### Conseils relatifs à votre appareillage de stomie

- Préparez votre nouvel appareillage avant de retirer l'ancien.
- Videz votre sac lorsqu'il est rempli au tiers ou à moitié par des selles ou des gaz. Ne laissez pas le sac déborder.
- Videz votre sac avant d'entreprendre une activité et avant le coucher.
- Si vous remarquez une grande quantité de gaz dans votre sac (colostomie ou iléostomie), vous pourriez envisager l'utilisation d'un sac avec filtre.
- Le meilleur moment pour remplacer votre appareillage de stomie est le matin, avant d'avoir mangé ou bu quoi que ce soit.
- Après avoir appliqué votre champ protecteur, appliquer une légère pression sur celui-ci contre votre peau pour obtenir une meilleure adhérence. Cette légère pression et la chaleur favoriseront le contact initial.
- Si vous portez un appareillage deux pièces, essayez de placer le champ protecteur en forme de losange sur votre corps pour augmenter la flexibilité du système.

### Conseils pour les soins de la peau

- Lorsqu'il est question de prendre soin de la peau autour de votre stomie, il est préférable de simplifier le processus le plus que l'on peut.
- Généralement, l'eau suffit pour nettoyer la peau. N'oubliez pas de vous laver les mains après avoir changé ou vidé votre sac.
- Si du savon est nécessaire, utilisez un savon doux sans lotion ni crème qui pourrait laisser un résidu sur votre peau. Cela pourrait interférer avec l'adhésif.
- Les tampons protecteurs ne sont pas recommandés sous un champ protecteur de port prolongé, car ceux-ci pourraient diminuer l'efficacité du champ protecteur.
- Assurez-vous que la peau péristomiale est propre et sèche avant d'appliquer votre champ protecteur.
- Produits qui ne sont PAS recommandés pour les soins courants de la peau autour de votre stomie : savon avec lotion, crèmes, lotions, lingettes pour bébé, alcool isopropylique, onguent ou crème à base de stéroïdes
- L'irritation de la peau n'est pas « normale ». Si vous constatez que votre peau est rouge, endommagée ou irritée, demandez l'aide d'un professionnel de la santé, comme une infirmière stomothérapeute.

### Conseils au quotidien

- Remplacez votre appareillage de stomie sur une base régulière. Vous serez plus à l'aide lorsque vous aurez trouvé ce qui fonctionne le mieux pour vous.
- Le temps de port dépend des préférences personnelles et des caractéristiques de la stomie, mais une période de trois ou quatre jours peut être considérée comme normale.
- Si votre temps de port devient irrégulier ou imprévisible, consultez votre infirmière stomothérapeute.
- Le temps de port du champ protecteur peut diminuer pendant la saison chaude ou pendant les périodes d'activités plus intenses, puisque vous transpirez davantage.
- Lorsque vous voyagez, soyez prêts : prévoir des fournitures additionnelles, emportez vos produits de stomie dans votre bagage de cabine en avion, prédécoupez vos champs protecteurs pour que vous n'ayez pas à emporter de ciseaux à bord de l'avion. Obtenez un document de voyage qui explique pourquoi vous devez emporter certaines fournitures lorsque vous voyagez.
- Vous pouvez prendre un bain ou une douche avec ou sans votre appareillage de stomie.
- Si vous utilisez un système deux pièces, il pourrait être pratique d'utiliser un sac différent sous la douche de sorte que le sac que vous portez reste au sec.
- Lorsque vous videz votre sac, il n'est pas nécessaire de le rincer. Un désodorisant lubrifiant peut en faciliter la vidange. N'utilisez pas d'huile ou d'aérosols pour lubrifier votre sac de stomie.
- Gardez vos fournitures supplémentaires dans un endroit sec et frais.
- Un suivi régulier avec votre infirmière stomothérapeute est recommandé.

## Soins courants de votre stomie

### Termes fréquents

- **Champ protecteur** : Partie de votre appareillage qui entoure immédiatement la stomie. Il protège votre peau et maintient le sac collecteur en place. Parfois appelé plaquette ou collerette.
- **Filtre** : Permet aux gaz de s'échapper du sac et absorbe les odeurs. Offert à titre d'option avec les sacs vidables et fermés.
- **Infirmière stomothérapeute** : Infirmière qui possède une formation additionnelle et qui se spécialise dans les soins de stomie.
- **Sac** : Sac qui recueille les effluents de la stomie. Les types de sacs sont : vidables, fermés et/ou pour urostomie, selon le type de stomie que vous avez.
- **Appareillage de stomie** : Comprend le champ protecteur et le sac. Offert en version une pièce ou deux pièces. Une bordure adhésive intégrée autour du champ protecteur offre une sécurité accrue.
- **Temps de port** : Durée pendant laquelle un appareillage de stomie peut être porté avant de faillir. Le temps de port peut varier, mais devrait être assez constant pour vous.

Si vous avez d'autres questions, avez besoin d'assistance avec votre produit, ou pour trouver un détaillant spécialisé en soins de stomie, communiquez avec Hollister au 1 800 263-7400.

Pour aider les personnes nouvellement stomisées à s'adapter à la vie avec une stomie, communiquez avec l'un de nos coordonnateurs Secure Start au **1.888.808.7456**.

Pour plus d'information à propos de nos produits, veuillez visiter le [www.hollister.com](http://www.hollister.com).

### Autres recommandations de mon professionnel de la santé :

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Pour toute question au sujet de nos produits, ou pour obtenir des échantillons gratuits, composez le 1 800 263-7400.

Un suivi régulier avec votre professionnel de la santé est recommandé.

Avant d'utiliser tout produit ou accessoire de stomie, assurez-vous de lire tous les modes d'emploi et étiquettes du produit pour connaître les indications, les contre-indications, les risques, les avertissements, les mises en garde et le mode d'emploi.



**Hollister Incorporated**  
2000 Hollister Drive  
Libertyville, Illinois 60048  
1.800.323.4060

[www.hollister.com](http://www.hollister.com)

**Hollister Limited**  
95 Mary Street  
Aurora, Ontario L4G 1G3  
1.800.263.7400