

## Routine-Pflege für Ihr Stoma

### Versorgungssystem-Tipps

- Bereiten Sie Ihr neues Versorgungssystem vor, bevor Sie Ihr altes Versorgungssystem entfernen
- Leeren Sie Ihren Beutel, wenn er zu 1/3 bis 1/2 mit Ausfluss oder Gas gefüllt ist. Achten Sie darauf, dass der Beutel nicht überfüllt wird
- Entleeren Sie Ihren Beutel vor Aktivitäten und vor dem Schlafengehen
- Wenn Sie bemerken, dass Sie viel Gas in Ihrem Beutel (Kolostomie oder Ileostomie) haben, sollten Sie einen Beutel mit einem Filter in Betracht ziehen
- Die beste Zeit für einen routinemäßigen Wechsel des Versorgungssystems ist morgens, bevor Sie etwas gegessen oder getrunken haben
- Nachdem Sie Ihre Hautschutzplatte aufgetragen haben, drücken Sie sie etwa eine Minute lang sanft auf Ihre Haut, damit sie optimal haftet. Sanfter Druck und Wärme helfen beim ersten Kontakt
- Wenn Sie ein zweiteiliges Versorgungssystem tragen, versuchen Sie, die Hautschutzplatte rautenförmig auf Ihrem Körper zu platzieren, um einen besseren Sitz zu gewährleisten

### Tipps zur Hautpflege

- Denken Sie daran, dass weniger besser ist, wenn Sie die Haut um Ihr Stoma herum pflegen
- Für die meisten Menschen ist Wasser zur Reinigung der Haut ausreichend. Denken Sie daran, sich nach dem Wechseln oder Entleeren des Beutels die Hände zu waschen
- Wenn Sie Seife benötigen, verwenden Sie eine milde Seife ohne Lotionen oder Cremes, die Rückstände oder einen Film auf Ihrer Haut hinterlassen könnten. Dies kann die Klebfläche beeinträchtigen
- Hautschutztücher werden nicht unter Hautschutzplatten mit verlängerter Tragedauer empfohlen, da dies Ihre Tragedauer verkürzen kann
- Stellen Sie sicher, dass die peristomale Haut sauber und trocken ist, bevor Sie Ihre Hautschutzplatte auftragen
- Dinge, die NICHT für die routinemäßige Hautpflege rund um Ihr Stoma empfohlen werden: Seife mit Lotionen, Cremes, Lotionen, Puder, Babytücher, Isopropylalkohol, steroidale Medikamente oder Salben
- Hautreizungen sind nicht „normal“. Wenn Sie feststellen, dass Ihre Haut gerötet, gebrochen oder gereizt ist, wenden Sie sich an eine qualifizierte medizinische Fachkraft wie eine WOC/ET-Pflegekraft

### Alltagstipps

- Wechseln Sie Ihre Hautschutzplatte regelmäßig. Sie werden sich damit wohler fühlen, nachdem Sie gelernt haben, was für Sie am besten funktioniert
- Die Tragedauer hängt von den persönlichen Vorlieben und den Eigenschaften des Stomas ab, aber drei bis vier Tage gelten als normal
- Wenn Ihre Tragedauer unregelmäßig oder unvorhersehbar wird, wenden Sie sich an Ihre WOC/ET-Pflegekraft
- Die Tragedauer der Hautschutzplatte kann sich in wärmeren Jahreszeiten, wenn Sie mehr schwitzen, oder in Zeiten erhöhter Aktivität verkürzen
- Wenn Sie reisen, planen Sie voraus. Einige Vorschläge sind: Nehmen Sie zusätzliche Vorräte mit, packen Sie Ihre Stomaproducte in Ihr Handgepäck, wenn Sie fliegen, schneiden Sie Ihre Hautschutzplatten vor, damit Sie im Flugzeug keine Schere mitnehmen müssen, und besorgen Sie sich einen Reiseausweis, in dem Ihr Bedarf an bestimmten Vorräten für die Reise erklärt wird
- Sie können duschen oder baden, während das Versorgungssystem angelegt oder entfernt ist
- Wenn Sie ein zweiteiliges Versorgungssystem verwenden, finden Sie es vielleicht praktisch, zum Duschen einen anderen Beutel zu verwenden, damit der Beutel, den Sie tragen, trocken bleibt
- Wenn Sie Ihren Beutel entleeren, ist es nicht notwendig, ihn auszuspülen. Ein rückfettendes Deodorant kann die Entleerung erleichtern. Geben Sie keine Öle oder Kochsprays in Ihren Stomabeutel
- Lagern Sie Ihre zusätzlichen Materialien an einem kühlen, trockenen Ort
- Eine routinemäßige Nachuntersuchung mit Ihrer WOC/ET-Pflegekraft wird empfohlen

## Routine-Pflege für Ihr Stoma

ALLGEMEINE BEGRIFFE	
<b>Filter</b>	Setzt Gas aus dem Beutel frei und absorbiert den Geruch. Bei Ausstreifbeuteln und geschlossenen Beuteln als Zubehöroption vorhanden.
<b>Beutel</b>	Beutel, der die Ausscheidungen aus dem Stoma auffängt. Die Art des Beutels ist Ausstreifbeutel, geschlossen und Urostomie, je nach Art des Stomas, das Sie haben
<b>Versorgungssystem</b>	Enthält die Hautschutzplatte und den Beutel. Die Optionen sind ein einteiliges Versorgungssystem oder ein zweiteiliges Versorgungssystem. Ein integrierter Klebebandrand um die Hautschutzplatte bietet zusätzliche Sicherheit
<b>Hautschutzplatte</b>	Der Teil Ihres Versorgungssystems, der direkt um Ihr Stoma herum liegt. Er schützt Ihre Haut und hält Ihr Versorgungssystem an Ort und Stelle. Manchmal auch Wafer oder Flansch genannt
<b>Tragedauer</b>	Die Dauer, die ein Versorgungssystem getragen werden kann, bevor es versagt. Die Tragedauer kann variieren; sollte aber für jede Person ziemlich einheitlich sein
<b>WOC (Wound, Ostomy, Continence) Pflegekraft</b>	Eine Pflegekraft mit Zusatzausbildung, die sich auf Stomaversorgung spezialisiert hat. Manchmal auch ET-Pflegekraft (enterostomale Therapie) genannt.

Wenn Sie weitere Fragen haben, Hilfe mit Ihrem Produkt benötigen oder einen Lieferanten oder einen Stomaspezialisten suchen, rufen Sie bitte Hollister unter **1.888.740.8999 an**: Um neuen Menschen mit Stoma zu helfen, sich an das Leben mit einem Stoma zu gewöhnen, kontaktieren Sie einen unserer Secure Start Coordinators unter **1.888.808.7456** in den USA oder **1.866.789.7574** in Kanada.

Für weitere Produktinformationen besuchen Sie bitte [www.hollister.com](http://www.hollister.com).

### Andere Empfehlungen von meinem Arzt:

---



---



---



---



---

Wenn Sie Fragen zu Produkten, Probenahmen oder detaillierte klinische Fragen zu unseren Produkten in den USA haben, rufen Sie uns unter **1.888.808.7456** an. In Kanada rufen Sie **1.800.263.7400** an.

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

Eine routinemäßige Nachuntersuchung bei Ihrem medizinischen Fachpersonal wird empfohlen.

Lesen Sie vor der Verwendung von Stomaprodukten/Zubehör unbedingt alle Produktbeilagen und Etiketten.

Das Hollister-Logo, Secure Start und „Gesunde Haut. Gute Aussichten.“ sind Marken von Hollister Incorporated. © 2017 Hollister Incorporated. 923077-1117 US-00188