

## Soins quotidiens de votre stomie

### Conseils relatifs au système de poche de stomie

- Préparez votre nouveau système de poche avant de retirer l'ancien.
- Videz votre poche lorsqu'elle est remplie de selles ou de gaz au 1/3 ou à 1/2. Ne laissez pas la poche se remplir.
- Videz votre poche avant les activités et avant de vous coucher.
- Le meilleur moment pour changer votre système de poche est le matin, lorsque vous êtes à jeun.
- Après avoir appliqué votre protecteur cutané, appuyez doucement contre votre peau pendant environ une minute pour une meilleure adhérence. Une pression douce et une chaleur facilitent le contact initial.

### Conseils de soins cutanés

- N'oubliez pas, le mieux est l'ennemi du bien lorsque vous prenez soin de la peau autour de votre stomie.
- Pour la plupart des personnes, l'eau suffit à nettoyer la peau. N'oubliez pas de vous laver les mains après avoir changé ou vidé votre poche.
- Si vous avez besoin de savon, utilisez un savon doux dépourvu de lotions ou de crèmes qui pourraient laisser un résidu ou un film sur votre peau. Ceci peut limiter l'adhésivité.
- Assurez-vous que la peau péristomale est propre et sèche avant d'appliquer votre protecteur cutané.
- Éléments NON recommandés pour les soins cutanés quotidiens autour de votre stomie : savon avec lotions, crèmes, lotions, poudres, lingettes pour bébé, alcool isopropylique, médicaments stéroïdiens ou onguents.
- L'irritation cutanée n'est pas « normale ». Si vous découvrez que vous avez la peau rouge, crevassée ou irritée, demandez l'aide d'un professionnel de santé qualifié tel qu'une infirmière stomathérapeute.

### Conseils quotidiens

- Changez régulièrement de protecteur cutané. Cela vous paraîtra progressivement plus naturel une fois que vous saurez ce qui fonctionne le mieux dans votre cas.
- Le temps de port est basée sur les préférences personnelles et les caractéristiques de la stomie, mais il est recommandé de changer le support 2 pièces tous les 2 jours.
- Si votre temps de port devient irrégulier ou imprévisible, consultez votre infirmière stomathérapeute.
- Lorsque vous voyagez, planifiez à l'avance. Voici quelques suggestions : prévoyez des produits de stomie de rechange, placez vos produits de stomie dans votre bagage à main lorsque vous prenez l'avion, découpez à l'avance vos protecteurs cutanés pour éviter de prendre des ciseaux à bord et munissez-vous d'une carte de voyage qui explique la nécessité pour vous de voyager avec des articles de stomie.
- Vous pouvez vous doucher ou vous baigner avec ou sans votre système de poche.
- Lorsque vous videz votre poche, il n'est pas nécessaire de la rincer. Un déodorant lubrifiant peut faciliter la vidange. Ne mettez pas d'huiles ou de produits de cuisson en aérosol dans votre poche de stomie.
- Conservez vos fournitures supplémentaires dans un endroit frais et sec.
- Un suivi de routine avec votre infirmière stomathérapeute est recommandé.

## Soins quotidiens de votre stomie

TERMES COMMUNS	
<b>Filtre</b>	Libère le gaz de la poche et absorbe les mauvaises odeurs.
<b>Poche</b>	Sac qui recueille l'écoulement de la stomie. Le type de poche varie selon le type de stomie : poche fermée pour une colostomie, vidable pour une iléostomie et vidangeable pour une urostomie
<b>Système de poche</b>	Comprend le protecteur cutané et la poche. Les options disponibles sont un système de poche en une ou deux parties.
<b>Protecteur cutané</b>	La partie de votre système de poche qui adhère à la peau. Elle protège votre peau et maintient votre système de poche en place.
<b>Temps de port</b>	La durée pendant laquelle un système de poche peut être porté avant de devoir être changé. Il est recommandé de changer un système 1 pièce au moins une fois par jour et le support d'un système 2 pièces tous les 2 jours.
<b>Infirmière Stomathérapeute</b>	Une infirmière avec une formation supplémentaire spécialisée dans les soins de stomie.

Pour plus d'informations sur les produits, veuillez visiter [www.hollister.fr](http://www.hollister.fr).

### Autres recommandations de mon professionnel de santé :

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Informations générales et indicatives qui ne sauraient remplacer l'avis d'un professionnel de santé.

Avant de l'utiliser, assurez-vous d'avoir lu les instructions d'utilisation pour obtenir des informations relatives à l'usage prévu, aux contre-indications, aux avertissements, aux précautions et aux instructions.

Hollister et son logo sont des marques déposées de Hollister Incorporated. © 2020 Hollister Incorporated.

**Hollister Inc**  
Tour Franklin  
100/101 Terrasse Boieldieu  
92042 Paris La Défense Cédex

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