



Formation



Types  
d'appareillages



Au quotidien :  
conseils

# CE À QUOI S'ATTENDRE —— après —— UNE OPÉRATION POUR CRÉER UNE COLOSTOMIE

# APPRENDRE À VIVRE AVEC UNE COLOSTOMIE

Il est normal de vous inquiéter de la vie qu'il vous sera possible de mener avec une stomie. Mais sachez que vous n'êtes pas seul. Au moins 1,7 million de personnes dans le monde mènent une vie active et productive avec une stomie<sup>1</sup>.

Ce livret vous guidera dans les aspects importants de la vie avec une stomie et vous aidera à vous préparer pour reprendre vos activités après l'intervention chirurgicale. Savoir ce à quoi s'attendre peut aussi vous aider à vous sentir plus à l'aise au fil du temps.



**Nous comprenons VOS préoccupations  
et nous sommes là pour vous aider.**

ConvaTec est un chef de file reconnu en conception, en fabrication et en distribution de produits pour stomies et en services pour soutenir les professionnels de soins de santé et les personnes vivant avec une stomie partout dans le monde. Depuis plus de 30 ans, nous créons des solutions innovatrices conçues pour aider à améliorer la vie des personnes vivant avec une stomie.

Il est normal d'avoir des questions au début de votre vie avec une stomie. Nous avons donc créé, en plus de ce livret, le volet **Réponses me+**, une plateforme d'outils en ligne utiles et bien pensés qui sont constamment mis à jour. Ce volet est conçu pour vous communiquer, dans une seule ressource et lorsque vous en avez besoin, toutes les mises à jour et les nouvelles idées qui vous aideront à acquérir de la confiance et à vivre de plus en plus à l'aise avec votre stomie. Les personnes qui vous aident à prendre soin de votre stomie à la maison y trouveront également des idées et de l'information.

**C'est facile d'obtenir tous les avantages du programme me+.**  
**Il suffit d'appeler au 1-800-465-6302 ou de visiter [www.convatec.ca](http://www.convatec.ca)**



« Je ne laisserai pas ma stomie m'empêcher  
de pratiquer mes activités préférées. »

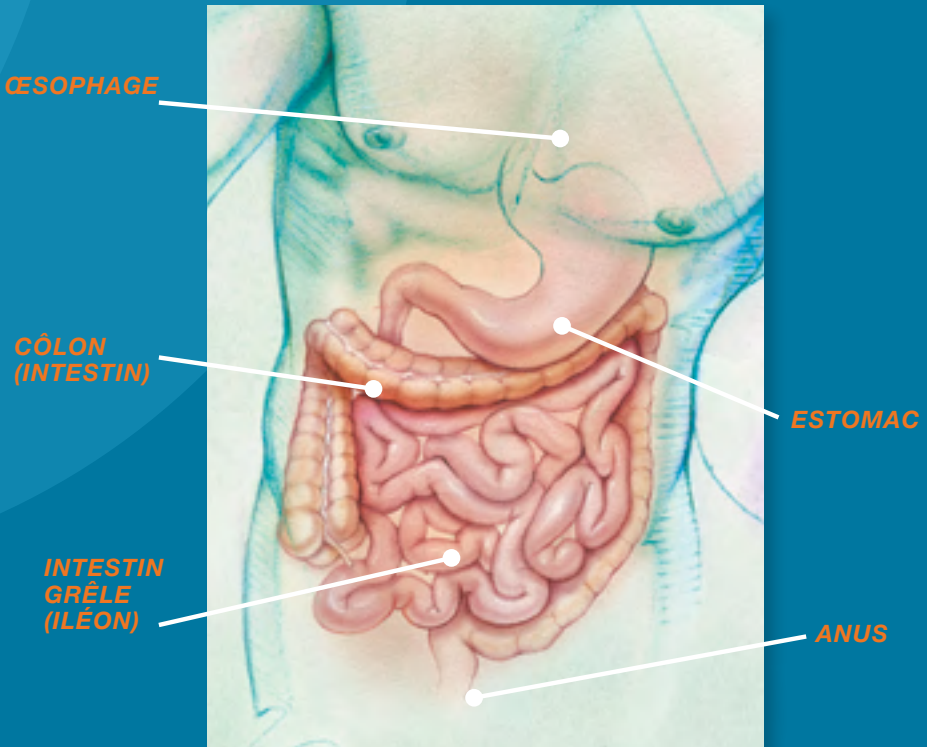
Mary

# VOTRE SYSTÈME DIGESTIF

L'intervention chirurgicale pour créer une colostomie est généralement pratiquée afin de faire dévier les selles d'une section du côlon (intestin) — une importante composante de votre système digestif — atteinte ou endommagée.

## Le FONCTIONNEMENT du système digestif :

- La digestion commence dès que vous commencez à mastiquer vos aliments. Les aliments mastiqués passent ensuite dans l'œsophage, puis les enzymes digestives dans l'estomac poursuivent la décomposition des aliments.
- Les aliments partiellement digérés se déplacent ensuite dans l'intestin grêle (petit intestin) où le corps absorbe l'eau et les nutriments.
- Les aliments non digérés restants se déplacent ensuite vers le côlon où l'eau continue d'être absorbée et les selles se forment.
- Les selles sont emmagasinées jusqu'à ce que vous ressentiez l'envie d'aller à la toilette. Elles sont alors poussées dans le rectum et évacuées du corps par l'anus.



# QU'EST-CE QU'UNE COLOSTOMIE?

Une colostomie est une intervention chirurgicale pour créer une ouverture sur votre abdomen à travers laquelle le côlon (intestin) est dévié, ramené à la surface de la peau, puis suturé à votre abdomen, créant ainsi une nouvelle sortie pour les selles à partir de l'intestin. La nouvelle ouverture s'appelle une stomie. (Nous aborderons votre stomie plus en détail dans la prochaine section de ce livret.) Vous porterez un appareillage sur votre stomie pour recueillir les selles de votre intestin.

Votre stomothérapeute, spécialiste en soins des patients vivant avec une stomie depuis peu ou depuis longtemps, vous aidera à comprendre votre opération et ce que vous aurez à faire pour prendre soin de vous par la suite.

## Voici quelques points supplémentaires que vous devez connaître :

- L'emplacement de la colostomie - Le côlon se divise en quatre sections : le côlon ascendant (section du haut), le côlon transverse (d'un côté à l'autre de l'abdomen), le côlon descendant (section du bas) et le côlon sigmoïde (section à l'extrémité). À mesure que les selles se déplacent dans le côlon, de plus en plus d'eau est absorbée, ce qui détermine la consistance des selles. L'emplacement de la colostomie dans l'un ou l'autre des quatre sections énumérées ci-dessus est cruciale, car il déterminera la consistance (de liquide à ferme) des selles expulsées du corps.
- La consistance des selles peut varier de molle et liquide à formée (moulée) et ferme. Si la stomie est située du côté droit du côlon (colostomies ascendantes et transverses), les selles ont tendance à être molles et leur évacuation moins prévisible. Si la stomie est située du côté gauche du côlon (colostomies descendantes et sigmoïdes), les selles ont tendance à être fermes, moulées, et leur évacuation plus prévisible et moins fréquente.
- La consistance de vos selles et la fréquence de leur expulsion de votre corps peuvent aussi dépendre de votre alimentation et de vos médicaments, ainsi que de certains traitements prescrits par votre médecin ou votre stomothérapeute. Certains traitements prescrits tels que la chimiothérapie et la radiothérapie peuvent aussi affecter la consistance de vos selles.

# TYPES DE COLOSTOMIES

Colostomie ascendante



Colostomie transverse



Colostomie sigmoïde



Colostomie descendante



Consultez nos ressources en ligne pour  
obtenir plus d'informations.

Visitez [www.fr.convatec.ca/stomie](http://www.fr.convatec.ca/stomie)

# VOTRE STOMIE :

Si vous avez une colostomie, les selles ne sortent plus de votre corps par votre anus, mais par une nouvelle ouverture pratiquée sur votre abdomen appelée stomie. Comprendre comment fonctionne votre stomie et comment en prendre soin constitue des aspects importants de votre nouvelle vie.

## Voici certains points que vous devez savoir :

- Chaque stomie est aussi individuelle que la personne elle-même. Les dimensions, la forme et la hauteur varient d'une stomie à une autre. En règle générale, la stomie est placée du côté droit de votre abdomen, sous votre nombril.
- Il est important de savoir que vous ne pouvez pas exercer de contrôle sur l'évacuation de vos selles de la stomie, car celle-ci n'a pas de muscle de contrôle (appelé aussi sphincter).
- Après l'opération, votre stomie sera enflée. À mesure que l'enflure diminuera, les dimensions et peut-être la forme de votre stomie changeront. Les dimensions de votre stomie peuvent aussi changer si votre poids varie. Il est donc important de mesurer votre stomie chaque fois que vous changez votre appareillage pendant les huit premières semaines, et ensuite périodiquement, pour vous assurer qu'il est de la taille appropriée.
- Votre stomie doit être luisante, humide et rouge, d'un aspect semblable à l'intérieur de votre bouche. Votre stomie est dépourvue de terminaisons nerveuses, donc vous ne ressentirez aucune douleur au toucher. Elle peut toutefois saigner légèrement si elle est irritée ou frottée. Ce léger saignement est normal. Si le saignement persiste ou s'il y a saignement à partir de l'intérieur de la stomie, rendez-vous au service des urgences de votre hôpital local ou communiquez avec votre professionnel des soins de santé.
- La peau autour de votre stomie (peau péristomiale) devrait avoir l'apparence de la peau du reste de votre abdomen. Pour conserver une peau péristomiale en bonne santé, il est important de prévenir toute irritation en vous assurant que les selles n'entrent pas en contact avec votre peau. Nous avons déjà indiqué l'importance de mesurer régulièrement votre stomie (surtout pendant les huit premières semaines) pour vous assurer que votre appareillage est bien ajusté et aider à prévenir l'écoulement de selles sur votre peau.
- Si vous avez du poil sur l'abdomen, il sera peut-être nécessaire de vous raser (utilisez seulement un rasoir électrique) autour de votre stomie (ne pas utiliser de crèmes épilatoires, de cire, d'électrolyse, etc.). Le rasage permettra une meilleure adhérence.
- Si vous constatez que la peau autour de votre stomie est rouge, irritée, douloureuse ou vous démange, communiquez avec votre stomothérapeute.





«Karen a toujours été  
là pour moi, pendant  
les hauts et les bas.»

James



# TYPES D'APPAREILLAGES

Les appareillages sont conçus pour être fiables et vous permettre de mener une vie active. Par exemple, vous pouvez prendre un bain ou une douche, faire de l'exercice ou faire de la natation avec votre appareillage en place.<sup>2</sup>

Un appareillage comprend une **BARRIÈRE CUTANÉE** et un **SAC**; il peut être constitué d'une seule pièce ou de deux pièces.

**Appareillage pour colostomie à une pièce :**



La barrière cutanée et le sac sont fabriqués ensemble comme un seul système pour colostomie. Ils ne peuvent pas être séparés et doivent être appliqués sur votre corps et retirés comme une seule pièce.

---

**Appareillage pour colostomie à deux pièces :**



La barrière cutanée et le sac pour colostomie sont fabriqués séparément et peuvent être appliqués sur votre corps individuellement ou ensemble. Cet appareillage permet de changer ou de vider le sac sans retirer la barrière cutanée.



## TYPES D'APPAREILLAGES : **BARRIÈRES CUTANÉES**

La barrière cutanée est la pièce de l'appareillage qui est collée sur la peau. Elle maintient le sac en place et est conçue pour protéger la peau autour de votre stomie contre les selles.

### La barrière cutanée :

- est la partie adhésive de votre barrière cutanée et vous permet de coller votre appareillage sur votre peau. Elle est conçue pour épouser étroitement votre stomie.
- Elle est dotée d'une ouverture que vous devez ajuster à la taille de votre stomie, sauf si vous utilisez une barrière cutanée prédécoupée.
- Elle devrait être spécifiquement conçue pour protéger la peau contre les selles et prévenir l'irritation cutanée.

#### Trois formats sont offerts :

- une barrière cutanée malléable qui permet de façonner l'ouverture avec les doigts à la taille et à la forme de votre stomie
  - une barrière cutanée à découper à l'aide de ciseaux pour découper l'ouverture à la taille et à la forme de votre stomie que vous aurez d'abord mesurée
  - une barrière cutanée prédécoupée dont ni la taille ni la forme ne peuvent être modifiées
- Avec une barrière cutanée à découper ou prédécoupée, ne pas prévoir une ouverture autour de la stomie de plus de 3 mm (1/8 po).
  - Elle est offerte en version convexe. Les barrières cutanées convexes peuvent mieux convenir aux stomies à ras de peau (plate ou au niveau de la peau autour de la stomie) ou rétractées (sous le niveau de la peau). Une barrière cutanée peut s'avérer une bonne option dans le cas d'une stomie présentant un creux ou un enfoncement tout autour. La forme de la barrière cutanée convexe fait en sorte qu'à l'application, elle appuie sur la peau autour de la stomie. Ainsi, votre stomie sortira plus de votre corps, ce qui peut aider à prévenir les fuites autour de la stomie.

Un professionnel en soins de la santé devrait déterminer le besoin d'une barrière cutanée convexe avant son utilisation.

# TYPES D'APPAREILLAGES

## SACS POUR COLOSTOMIES

Le sac se fixe à la barrière cutanée pour recueillir les selles qui sortent de votre stomie.



### Le sac :

- est offert en versions transparente et opaque (couleur beige) et est anti-odeurs
- est offert avec ou sans filtre. Celui-ci aide à libérer et à désodoriser les gaz. Le filtre doit être recouvert pour faire de la natation, prendre un bain ou prendre une douche. (Le couvre-filtre est fourni avec les `appareillages dotés d'un filtre.)
- est offert en versions vidable et fermée. Les sacs vidables sont offerts avec une fermeture de sac intégrée (dispositif InvisiClose<sup>MD</sup> de ConvaTec) ou avec attache. Il faut vider un sac vidable lorsqu'il est rempli au tiers ou à la moitié.
- Les sacs fermés ne permettent pas de vider les selles. Ces sacs sont retirés et jetés après usage.
- doit être vidé (ou remplacé s'il s'agit d'un sac fermé) lorsqu'il est rempli au tiers ou à la moitié de selles ou de gaz. Les gaz peuvent exercer une pression sur l'appareillage et risque ainsi de causer des fuites si le sac est trop plein. Ne laissez pas votre sac se remplir complètement. Un sac rempli au maximum de sa capacité risque de se détacher de la barrière cutanée ou de la peau en raison de son surplus de poids, et risque aussi de faire un renflement sous vos vêtements.

# SOINS DE LA STOMIE AU QUOTIDIEN

Nous l'avons déjà mentionné : prendre soin de votre stomie constituera une partie importante de votre nouvelle vie. Toutefois, ces soins ne doivent pas devenir le centre de votre vie. À mesure que vous en apprendrez davantage sur votre stomie, vivre avec une stomie deviendra plus facile et, avec le temps, deviendra une routine.

## Voici quelques lignes directrices de base :

- Garder votre stomie et la peau qui l'entoure propres. Protéger la peau autour de votre stomie en évitant qu'elle entre en contact avec les selles.
- Nettoyer la peau autour de votre stomie avec de l'eau tiède. Utiliser un savon (si vous le souhaitez) sans crèmes, ni huiles, ni agents hydratants.
- Couper ou raser les poils autour de la stomie aussi souvent que nécessaire (généralement deux fois par mois ou aux deux changements d'appareillage).
- Éviter les huiles, les crèmes, les lingettes pour bébés et les agents hydratants, car ils risquent d'irriter votre stomie et la peau qui l'entoure. (Si cette peau péristomiale est irritée, l'appareillage collera plus difficilement à votre corps.)
- Des accessoires pour soins de la peau, notamment des lingettes et des solvants pour adhésifs, peuvent vous aider dans votre routine quotidienne. Demandez à votre stomothérapeute quels accessoires sont les mieux adaptés à vos besoins.
- Après l'avoir nettoyée, assécher la peau péristomiale par tapotements. Ne pas oublier que la stomie peut saigner un peu, ce qui est normal.
- Après le retrait de la barrière cutanée, il est normal que la peau péristomiale soit légèrement rouge. Toute rougeur devrait disparaître rapidement et votre peau, reprendre sa couleur normale.
- Si vous éprouvez des sensations de brûlure, des démangeaisons, ou si des selles fuient sous votre barrière cutanée, n'essayez pas de colmater la fuite en ajoutant du ruban adhésif sur votre barrière cutanée. Retirez plutôt celle-ci, nettoyez toute la zone et remplacez l'ancienne barrière cutanée par une nouvelle.
- Si les sensations de brûlure, les démangeaisons ou les fuites persistent, ou si la peau autour de votre stomie devient irritée, communiquez avec votre médecin ou votre stomothérapeute.
- Les aliments et les médicaments peuvent changer la couleur, la consistance et l'odeur de vos selles. Si vous constatez des changements, communiquez avec votre médecin ou votre stomothérapeute.
- Comment changer d'appareillage et à quelle fréquence sera déterminé par le type d'appareillage utilisé. Votre stomothérapeute pourra vous fournir un guide détaillé.

« Mes amis sont comme une famille. Leur soutien pendant cette période de transition a été une véritable bénédiction. »

Paul





## UTILISATION D'UN APPAREILLAGE AVEC UN SAC VIDABLE

Voici un guide de base pour la vidange et le remplacement d'un sac vidable. N'oubliez pas que les étapes nécessaires seront déterminées par le type d'appareillage que vous utilisez (à une pièce ou à deux pièces).

Si vous utilisez un appareillage vidable à une pièce, vous pouvez vider votre sac lorsque c'est nécessaire et, au besoin, remplacer l'appareillage au complet (y compris la barrière cutanée) par un nouvel appareillage. Si vous utilisez un appareillage vidable à deux pièces, vous pouvez choisir de garder la barrière cutanée que vous portez, de réutiliser le sac, que vous viderez, ou de remplacer celui-ci par un sac neuf. Il est recommandé de remplacer l'appareillage au complet tous les 5 à 7 jours.

### Voici les ÉTAPES à suivre : 1,2,3...

Décidez d'abord de ce que vous voulez faire (selon le type d'appareillage que vous portez) : Vider le sac? Le remplacer? Remplacer la barrière cutanée? Remplacer tout l'appareillage?

#### Vider un sac:

1. Pour prévenir les éclaboussures d'eau, penser à déposer du papier hygiénique dans la toilette avant de vider votre sac.
2. Pour vider le sac, s'asseoir sur la cuvette de la toilette. Relever l'extrémité du sac vers vous et ouvrir délicatement l'attache ou le dispositif de fermeture tout en maintenant l'extrémité fermée. Ensuite, placer l'extrémité du sac entre vos jambes, dans la toilette. Saisir les bords du sac, puis diriger son contenu dans la toilette. Vous pouvez aussi rester debout ou vous agenouiller devant la toilette pour y vider votre sac. Le contenu du sac peut être vidé dans un autre contenant, que vous viderez ensuite dans la toilette.
3. Il n'est pas nécessaire de nettoyer un sac vidable après la vidange. Il suffit d'essuyer l'intérieur et l'extérieur de l'extrémité avec du papier hygiénique. Le sac ne dégagera alors plus d'odeurs.



## Fermer le sac :

**Appareillage vidable à une pièce :** si vous ne planifiez pas remplacer pas tout l'appareillage pour l'instant, fermer hermétiquement l'ouverture du sac au moyen du dispositif de fermeture ou de l'attache.

**Appareillage vidable à deux pièces :** refermer hermétiquement l'ouverture du sac au moyen d'une attache ou d'un dispositif de fermeture. Vous pouvez aussi choisir de fixer un nouveau sac à la barrière cutanée.

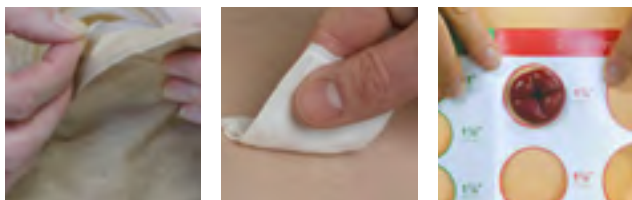
## Préparer vos fournitures pour remplacer un appareillage :

Rassembler vos fournitures, qui peuvent comprendre :

- Essuie-tout ou débarbouillette
- Ciseaux (pour une barrière cutanée à découper)
- Eau tiède et savon (si vous le souhaitez) sans huiles, ni crèmes, ni agents hydratants
- Guide de mesure
- Nouvel appareillage à une pièce ou nouvelle barrière cutanée pour un appareillage à deux pièces (remplacer le sac est optionnel) et accessoires au besoin.

## Remplacer un appareillage vidable à une pièce :

1. Retirer l'appareillage en place sur votre abdomen. Soulever d'abord la bordure supérieure de la barrière cutanée, puis la décoller en la tirant lentement et délicatement vers le bas. Appuyer les autres doigts sur la peau pendant que vous décollez la barrière cutanée. Vous pouvez aussi utiliser un solvant pour adhésifs pour retirer plus facilement la barrière cutanée et aider à prévenir les lésions cutanées. (Si vous utilisez un solvant, la peau doit être lavée avec du savon et bien rincée à l'eau. Sinon, vous pourriez compromettre l'adhésion de votre prochain appareillage.)
2. Jeter l'appareillage à une pièce usagé dans un sac en plastique se fermant hermétiquement. Ne jeter aucun produit usagé dans la toilette.
3. Essuyer la peau péristomiale avec du papier hygiénique. La nettoyer ensuite délicatement avec de l'eau tiède et du savon (si vous le souhaitez) sans huiles, ni crèmes, ni agents hydratants, puis rincer à l'eau tiède.
4. Assécher la peau autour de votre stomie délicatement par tapotements au moyen d'une serviette ou d'une débarbouillette. Ne pas oublier qu'après le retrait de la barrière cutanée, une rougeur peut apparaître, mais elle devrait se résorber.
5. Mesurer de nouveau votre stomie pour vérifier si sa taille a changé.
6. Fixer un nouvel appareillage.



## Changer ou remplacer un appareillage vidable à deux pièces :

1. Si vous remplacez la barrière cutanée ou l'appareillage au complet, retirer d'abord la barrière cutanée déjà en place sur votre abdomen. Soulever la bordure supérieure de la barrière cutanée, puis la décoller en tirant lentement et délicatement vers le bas. Appuyer sur la peau avec les autres doigts pendant que vous décollez la barrière cutanée. Vous pouvez aussi utiliser un solvant pour adhésifs pour retirer plus facilement la barrière cutanée et aider à prévenir les lésions cutanées. (Si vous utilisez un solvant, la peau doit être lavée avec du savon et bien rincée à l'eau. Sinon, vous pourriez compromettre l'adhérence de votre prochain appareillage.)
2. Jeter la barrière cutanée usagée et le sac (si vous remplacez les deux pièces) dans un sac en plastique se fermant hermétiquement. Ne jeter aucun produit usagé dans la toilette.
3. Essuyer la peau péristomiale avec du papier hygiénique. La nettoyer ensuite délicatement avec de l'eau tiède et du savon (si vous le souhaitez) sans huiles, ni crèmes, ni agents hydratants, puis rincer à l'eau tiède.
4. Assécher la peau autour de votre stomie délicatement par tapotements au moyen d'une serviette ou d'une débarbouillette. Ne pas oublier qu'après le retrait de la barrière cutanée, une légère rougeur peut apparaître, mais elle devrait se résorber.
5. Mesurer de nouveau votre stomie pour vérifier si sa taille a changé.
6. Fixer une nouvelle barrière cutanée et votre sac ou un nouveau sac.



« Promener Ramsey au parc  
pour chiens est le moment  
préféré de ma journée. »



Rick

# UTILISATION D'UN APPAREILLAGE AVEC UN **SAC FERMÉ**



Les sacs fermés sont recommandés pour les personnes produisant des excréta plus prévisibles et plus fermes. Ces sacs peuvent aussi convenir aux personnes éprouvant de la difficulté à vider ou à nettoyer leur sac. Discutez avec votre stomothérapeute de la meilleure option pour vous.

Voici quelques étapes d'utilisation de base d'un appareillage avec un sac fermé. N'oubliez pas que si vous utilisez un appareillage à une pièce avec sac fermé, vous retirerez l'appareillage au complet et vous le remplacerez par un neuf. Si vous utilisez un appareillage à deux pièces avec sac fermé, vous avez l'option de conserver la barrière cutanée que vous portez et d'y fixer un nouveau sac.



Voici les **1. 2. 3...**  
**ÉTAPES à suivre :**

Décidez d'abord de ce que vous voulez faire (selon le type d'appareillage que vous portez) : Remplacer l'appareillage au complet? Remplacer la barrière cutanée? Remplacer seulement le sac?

## Préparer vos fournitures pour remplacer un appareillage

Rassembler vos fournitures, qui peuvent comprendre :

- Essuie-tout ou débarbouillette
- Ciseaux (pour une barrière cutanée à découper)
- Eau tiède et savon (si vous le souhaitez) sans huiles, ni crèmes, ni agents hydratants
- Guide de mesure
- Nouvel appareillage à une pièce ou nouvelle barrière cutanée pour un appareillage à deux pièces (remplacer le sac est optionnel) et accessoires au besoin.



**réponses**

Communiquez avec nous dès que vous avez besoin de solutions, d'idées ou simplement d'une oreille attentive. 1-800-465-6302 (L-V, 8 h – 18 h HNE) | [Convatec.Canada@convatec.com](mailto:Convatec.Canada@convatec.com)

## Remplacer un appareillage à une pièce, fermé :

1. Retirer l'appareillage en place sur votre abdomen. Soulever d'abord la bordure supérieure de la barrière cutanée, puis la décoller en la tirant lentement et délicatement vers le bas. Appuyer les autres doigts sur la peau pendant que vous décollez la barrière cutanée. Vous pouvez aussi utiliser un solvant pour adhésifs pour retirer plus facilement la barrière cutanée et aider à prévenir les lésions cutanées. (Si vous utilisez un solvant, la peau doit être lavée avec du savon et bien rincée à l'eau. Sinon, vous pourriez compromettre l'adhésion de votre prochain appareillage.)
2. Jeter l'appareillage à une pièce usagé dans un sac en plastique se fermant hermétiquement. Ne jeter aucun produit usagé dans la toilette.
3. Essuyer la peau péristomiale avec du papier hygiénique. La nettoyer ensuite délicatement avec de l'eau tiède et du savon (si vous le souhaitez) sans huiles, ni crèmes, ni agents hydratants, puis rincer à l'eau tiède.
4. Assécher la peau autour de votre stomie délicatement par tapotements au moyen d'une serviette ou d'une débarbouillette. Ne pas oublier pas qu'après le retrait de la barrière cutanée, une rougeur peut apparaître, mais elle devrait se résorber.
5. Mesurer de nouveau votre stomie pour vérifier si sa taille a changé.
6. Fixer un nouvel appareillage.

## Changer ou remplacer un appareillage à deux pièces fermé :

1. Si vous remplacez la barrière cutanée ou l'appareillage au complet, retirer d'abord la barrière cutanée déjà en place sur votre abdomen. Soulever la bordure supérieure de la barrière cutanée, puis la décoller en tirant lentement et délicatement vers le bas. Appuyer sur la peau avec les autres doigts pendant que vous décollez la barrière cutanée. Vous pouvez aussi utiliser un solvant pour adhésifs pour retirer plus facilement la barrière cutanée et aider à prévenir les lésions cutanées. (Si vous utilisez un solvant, la peau doit être lavée avec du savon et bien rincée à l'eau. Sinon, vous pourriez compromettre l'adhérence de votre prochain appareillage.)
2. Jeter la barrière cutanée usagée et le sac (si vous remplacez les deux pièces) dans un sac en plastique se fermant hermétiquement. Ne jeter aucun produit usagé dans la toilette.
3. Essuyer la peau péristomiale avec du papier hygiénique. La nettoyer ensuite délicatement avec de l'eau tiède et du savon (si vous le souhaitez) sans huiles, ni crèmes, ni agents hydratants, puis rincer à l'eau tiède.
4. Assécher la peau autour de votre stomie délicatement par tapotements au moyen d'une serviette ou d'une débarbouillette. Ne pas oublier pas qu'après le retrait de la barrière cutanée, une rougeur peut apparaître, mais elle devrait se résorber.
5. Mesurer de nouveau votre stomie pour vérifier si sa taille a changé.
6. Fixer une nouvelle barrière cutanée et votre sac ou un nouveau sac.



## AU QUOTIDIEN : **CONSEILS**

Vous pouvez mener une vie très active après votre intervention chirurgicale pour créer une colostomie. En fait, vous devriez pouvoir pratiquer toutes les activités que vous pratiquiez avant votre opération. Reprendre le même rythme qu'auparavant peut nécessiter un peu de temps, et vous aurez à faire quelques ajustements, mais vous pouvez prévoir une reprise de vos activités quotidiennes, comme manger au restaurant, voyager, travailler et participer à toutes les activités de loisir que vous aimiez.

## Voici certains points à garder à l'esprit à mesure que vous reprenez les activités de VOTRE VIE QUOTIDIENNE.

### **Obtenir et stocker vos produits pour stomie :**

À votre sortie de l'hôpital, votre stomothérapeute passera en revue avec vous où et comment vous procurer vos fournitures pour stomie. Vous recevrez une liste de fournitures, avec le nom des produits, des fabricants et les codes de produits.

Rangez vos produits pour stomie à l'abri de la lumière directe du soleil et de la chaleur qui peuvent nuire aux produits et risquent de diminuer leur efficacité. Cherchez un endroit frais, sec et à température ambiante pour ranger vos fournitures.

### **Qui doit être au courant de ma stomie?**

Subir une opération pour créer une stomie est une expérience éminemment personnelle et c'est à vous de choisir à qui vous en parlez. Cependant, quelques personnes pourraient trouver utile de le savoir (et vous tirerez profit aussi du fait qu'elles sont au courant).

Ces personnes peuvent comprendre :

- **Votre famille**
- **Votre médecin** — y compris votre médecin de famille
- **Votre pharmacien** — après l'opération, la façon dont votre corps digère et absorbe les médicaments peut changer, et les médicaments peuvent aussi modifier vos selles.





« C'est amusant d'essayer de nouvelles recettes et ça me permet de varier mon alimentation. »

Jonathan

## AU QUOTIDIEN CONSEILS : L'ALIMENTATION<sup>2,3</sup>

Après l'intervention chirurgicale pour créer une colostomie, il est important d'adopter une saine alimentation. Normalement, à la fin de votre période de rétablissement, vous devriez pouvoir reprendre vos habitudes alimentaires habituelles. Pendant les six à huit premières semaines suivant votre opération, opter pour un régime à faible teneur en fibres peut vous aider, car ces aliments sont plus faciles à digérer. De plus, ce type de régime évitera de trop faire travailler vos intestins pendant que vous vous rétablissez.

Après votre opération, consulter votre médecin ou un diététiste pour déterminer le meilleur régime dans votre cas, et pour savoir à quel moment vous pourrez reprendre vos habitudes alimentaires habituelles.

### Lignes directrices générales

Bien que vous ne soyez pas tenu de suivre un régime spécial parce que vous vivez avec une colostomie, vous devez faire preuve de sens commun et pratiquer la modération pendant que vous déterminez quels aliments et quelle quantité vous pouvez manger. Voici quelques pistes :



### **Manger régulièrement.**

Réduire les portions de vos repas et manger toutes les trois ou quatre heures pourrait aider votre organisme à mieux digérer et absorber les aliments. Ne pas sauter de repas pour éviter un risque accru de gaz et de selles liquides. Ajouter graduellement de nouveaux aliments afin de déterminer leur effet sur votre organisme.

### **Bien mastiquer vos aliments.**

Il est important de bien mastiquer vos aliments avant de les avaler. Ceux-ci sont alors plus faciles à digérer. Certains aliments peuvent causer des blocages. Retirer toutes graines ou noyaux des aliments que vous consommez. Pendant les premiers mois après l'intervention chirurgicale, il est recommandé d'opter pour un régime à faible teneur en fibres ou d'éviter certains aliments à haute teneur en fibres qui risquent d'augmenter les blocages.

### **Boire beaucoup de liquides tous les jours**

Pour rester hydraté, il est recommandé de boire au moins six à huit tasses de liquides, de l'eau de préférence. Il est important de boire de plus petites quantités de liquides plus fréquemment pendant la journée plutôt que de boire de grandes quantités à la fois. Si vous produisez beaucoup de selles liquides, il est recommandé de boire de petites gorgées de liquides en mangeant. Attendre de 30 à 45 minutes après le repas pour boire des liquides.

### **Déshydratation**

**Signes et symptômes :** bouche sèche, soif excessive, urine foncée ou réduite

**Vous pourriez devenir constipé ou vivre des épisodes de diarrhée.**

### **Constipation**

Parce que vous avez une colostomie, une constipation pourrait survenir. Pour prévenir celle-ci, vous devez ajouter graduellement plus de fibres à votre alimentation et boire au moins six à huit tasses d'eau par jour jusqu'à ce que les selles dans votre sac se soient ramollies. Un léger laxatif pourrait aussi vous aider, mais consulter votre médecin avant d'en prendre.

### **Diarrhée**

Même si vous avez une colostomie, une diarrhée pourrait également survenir. La diarrhée peut avoir beaucoup de causes, y compris certains aliments, les virus, les antibiotiques et certains autres médicaments. Le cas échéant, consommer des aliments qui raffermiront vos selles et éviter les aliments qui peuvent les ramollir.

# AU QUOTIDIEN CONSEILS : GUIDE ALIMENTAIRE

Il est important de maintenir une saine alimentation et un poids raisonnable. Suivez les recommandations du Guide alimentaire canadien et consommez des aliments figurant dans tous les groupes alimentaires. Un régime équilibré aidera votre organisme à se réparer après l'intervention chirurgicale et vous gardera en bonne santé.

**Les aliments à haute teneur en fibres** doivent être ajoutés lentement à votre alimentation afin que vos selles soient molles. Tous ces aliments doivent être bien mastiqués.

En voici quelques exemples :

- Pains et pâtes alimentaires de grains entiers
  - Céréales de grains entiers
  - Fruits frais
  - Légumes crus et cuits
  - Légumineuses
- 

Certains aliments peuvent avoir des effets particuliers sur vos selles. Par exemple, les aliments de couleur prononcée tels que les betteraves et certaines épices (p. ex., le curcuma) peuvent décolorer les selles. Certains aliments peuvent raffermir les selles, et d'autres aliments peuvent les ramollir.

## **Aliments qui raffermissent les selles :**

- Compote de pommes
- Bananes
- Guimauves
- Pommes de terre
- Beurre d'arachides crémeux
- Tapioca
- Riz, pâtes alimentaires et nouilles blanches
- Yogourt

## **Aliments qui ramollissent les selles :**

- Alcool
- Caféine
- Fruits frais
- Légumes verts
- Régisse
- Lait
- Prunes et figues
- Raisins secs
- Mets épicés

**Les odeurs** préoccupent les personnes vivant avec une colostomie. Toutefois, les sacs sont fabriqués avec des matériaux anti-odeurs, et si les sacs sont appliqués correctement, aucune odeur ne devrait se dégager sauf lorsque vous videz votre sac.

**Il est possible de réduire les odeurs en limitant ou en éliminant les aliments suivants :**

- Boissons alcoolisées
- Asperges
- Légumineuses
- Chou
- Œufs
- Poisson
- Ail
- Aliments à haute teneur en fer
- Oignon
- Fromage fumé

**Les odeurs peuvent être limitées en consommant les aliments suivants :**

- Babeurre
- Jus de canneberges
- Kéfir
- Jus d'oranges
- Persil
- Jus de tomates
- Yogourt



Les gaz et le bruit qu'ils font sont des phénomènes normaux. Avaler de l'air pendant que vous mâchez de la gomme, boire avec une paille, fumer ou utiliser un appareil de PPC (CAPAP) peut provoquer des gaz. Les filtres pour sacs peuvent aider à réduire au minimum le gonflement du sac de même que les odeurs. Si vous avez beaucoup de gaz, vérifiez votre alimentation.

**Voici des aliments reconnus pour causer des gaz :**

- Asperges
- Bière
- Brocoli
- Chou
- Chou-fleur
- Boissons gazeuses
- Produits laitiers (lait, œufs, fromage)
- Légumineuses
- Oignons
- Mets épicés



réponses

Obenez les conseils nutritionnels dont vous avez besoin pour mener une vie saine.

Appelez au 1-800-465-6302

# AU QUOTIDIEN CONSEILS : **LE TRAVAIL, L'EXERCICE ET LE SPORT**

Prenez le temps de vous rétablir complètement après votre opération. Quand vous vous en sentirez capable, vous pourrez commencer à faire des exercices légers comme la marche, qui est idéale. Puis, vous pourrez augmenter la distance graduellement. Les types d'activités que vous pratiquerez après l'opération seront en grande partie déterminés par les activités que vous pratiquiez avant l'opération. Mais avant de commencer un programme d'exercices, de participer à des sports de contact ou même de reprendre le travail, consultez votre médecin. Ceci est d'autant plus important si vous êtes atteint d'autres maladies telles que l'asthme ou l'hypertension.

## **Lignes directrices générales**

- Votre médecin vous indiquera à quel moment vous pouvez reprendre le travail, faire du sport et pratiquer toute autre activité physique particulière.
- Vous pouvez acheter de petits sacs convenant particulièrement aux sports et à l'exercice.
- Videz votre sac avant de commencer une activité.
- Sachez que la durée de port de votre sac risque de diminuer lorsque vous pratiquez des sports ou faites de l'exercice. Il existe des dispositifs qui protègent la stomie si vous craignez les blessures. Vous pouvez en discuter avec votre stomathérapeute.
- Si vous utilisez un spa, sachez que la durée de port de votre sac risque de diminuer en raison de la température de l'eau.

L'eau n'endommagera pas votre stomie et n'y entrera pas : vous pouvez prendre un bain, une douche ou faire de la natation avec votre appareillage. Vérifiez d'abord si le sac est bien fixé. Des bandelettes adhésives imperméables peuvent être utiles si vous restez dans l'eau pendant une période de temps prolongée. Ne portez pas un appareillage mouillé ou imprégné de sueur pendant de longues périodes, car vous risquez alors des lésions cutanées associées à l'humidité (LCAH)<sup>4</sup>. Des recouvrements pour sacs et les sous-vêtements peuvent aider à absorber l'humidité.

Vous pouvez également prendre un bain ou une douche sans votre appareillage.



« Je peux reprendre  
mon jogging matinal. »



« Diriger une entreprise  
est un travail de tous les  
instants, mais c'est ma  
passion. »

« J'adore jouer au tennis.  
Ce sport m'aide à  
évacuer le stress après  
une longue journée. »



# AU QUOTIDIEN CONSEILS : LES RELATIONS INTIMES

Absolument rien ne vous empêche de continuer à avoir (ou de commencer) des relations sexuelles. Gardez simplement à l'esprit que la communication et la confiance sont d'une grande importance. Il est normal de se préoccuper des changements que subit votre corps. Partagez vos sentiments avec la personne aimée, et répondez aussi à ses préoccupations. Expliquez à votre partenaire que les relations sexuelles ne blesseront pas votre stomie.

Avec le temps, la compréhension et une attitude positive, les relations sexuelles peuvent être satisfaisantes pour tous les deux. Plus vous parlerez de votre stomie et des émotions qu'elle suscite chez vous et plus vous vous sentirez près de votre partenaire. N'oubliez jamais que l'image que vous avez de vous-même influence celle que les autres ont de vous. Si vous acceptez votre corps après votre opération, votre partenaire l'acceptera probablement lui aussi.

## Pour les femmes

Après l'intervention chirurgicale, certaines femmes pourraient constater une sécheresse vaginale. Essayez l'un des nombreux lubrifiants en vente libre ou demandez à votre médecin si vous pouvez utiliser une crème hormonale ou un suppositoire vaginal. Les contraceptifs oraux (si vous en prenez) pourraient ne pas représenter le meilleur choix, car il se peut que votre corps ne les absorbe pas. Discutez avec votre médecin des moyens de contraception qui vous conviendraient.

## Pour les hommes

Sachez que vous n'aurez peut-être pas d'orgasme lors de votre première relation sexuelle après l'opération. Si vous éprouvez des difficultés à avoir ou à maintenir une érection et que ces problèmes persistent, consultez votre médecin ou votre stomothérapeute. Pas de panique! Il existe très probablement une solution.

## Lignes directrices générales

- Videz votre sac avant toute relation sexuelle.
- Portez un petit sac. Vous pouvez essayer des minisacs fermés conçus pour être plus petits et moins encombrants.
- Si le fait que votre partenaire voit votre stomie vous rend mal à l'aise, couvrez celle-ci avec des sous-vêtements, d'un article de lingerie ou d'un couvre-stomie spécialement conçus.
- Si une position sexuelle vous cause de l'inconfort, essayez-en une autre.
- N'insérez rien dans votre stomie pendant une relation sexuelle.

« Ma stomie n'est pas un obstacle  
à ma relation ».

Vanessa



## AU QUOTIDIEN CONSEILS : LES VÊTEMENTS

Si votre abdomen est enflé après l'opération, il peut s'avérer préférable de porter d'abord des vêtements non ajustés, et aussi à votre retour à la maison.

À mesure que vous vous rétablirez et reprendrez votre mode de vie habituel, vous pourrez remettre les vêtements que vous portiez auparavant. Il se peut que vous ayez à ajuster un peu certains vêtements à la taille, mais puisque les appareillages sont conçus pour reposer le plus possible à plat sur votre corps, ces ajustements devraient être mineurs. Vous pouvez, au choix, porter votre sac à l'intérieur ou à l'extérieur de votre sous-vêtement.

Vous pouvez porter des vêtements serrés tels que des bas-culottes (pour femmes) et des vêtements de maintien pourvu qu'ils soient doux et extensibles. Cependant, soyez prudent et évitez qu'un vêtement serré ou une ceinture ne frottent sur votre stomie — surtout si celle-ci est située au niveau ou près de la taille. Il existe aussi des sous-vêtements dotés d'une pochette intérieure pour soutenir votre appareillage et le garder plat sous vos vêtements.

Gardez à l'esprit que vous serez probablement la personne la plus critique de votre apparence, puisque vous êtes conscient de l'existence du sac. Mais les personnes qui l'ignorent ne chercheront pas à le détecter.





« Je voyage beaucoup  
pour affaires. Me  
préparer me permet  
d'aller où je dois me  
rendre sans problèmes. »

Glen





# AU QUOTIDIEN CONSEILS : LES VOYAGES

**Votre colostomie ne doit pas limiter vos déplacements. Voici quelques conseils utiles pour les voyages à l'intérieur du pays comme à l'étranger.**

- Si vous utilisez des barrières cutanées à découper, découpez-en quelques-unes avant votre départ. Vous pourrez ainsi laisser vos ciseaux dans vos bagages enregistrés pour vous conformer à la réglementation en matière de sécurité dans les aéroports.
- Envisagez d'utiliser des barrières cutanées malléables afin d'éviter tout problème que peut causer la présence de ciseaux dans vos bagages.
- Apportez vos fournitures pour stomie dans votre bagage de cabine.
- Apportez des fournitures supplémentaires au cas où vous ne pourriez pas vous en procurer à votre destination. Si vous voyagez dans un pays chaud, il serait prudent d'apporter plus de fournitures que vous utilisez habituellement pour une même période, car vous pourriez transpirer davantage et devoir changer votre appareillage plus souvent.
- Apportez une fiche de voyage (fournie par ConvaTec, la Société canadienne des personnes stomisées ou l'AQPS au Québec). Cette carte confirme que vous avez besoin de fournitures pour stomie. Vous pouvez la présenter aux agents de sécurité qui poseront des questions sur vos fournitures ou sur votre stomie. Vous pourriez quand même faire l'objet d'une inspection avec cette carte, mais elle indique que vous avez une stomie et agit comme incitatif afin que les agents fassent preuve de discrétion.
- Toute inspection dans les aéroports doit être menée avec courtoisie, dignité et respect. Vous pouvez demander à ce que toute inspection de votre personne soit menée dans un lieu non public.
- Si vous voyagez à l'étranger, apportez toute information importante sur les soins de votre stomie et la liste de vos fournitures traduites dans la langue du pays que vous visitez. Prêtez aussi une attention particulière aux consignes relatives à l'eau potable. Il est toujours plus sûr de ne boire que de l'eau embouteillée.



**réponses**

MC **Obtenez des conseils pour voyageurs et plus encore en vous inscrivant au programme me+**  
Appelez au 1-800-465-6302



produit



soutien



formation

## AIDE ET SOUTIEN

En plus de produits d'exception, le programme me+ vous fournit des outils et vous prodigue des conseils pour vous aider à prendre complètement en mains votre vie avec une stomie.

Au début, vous pouvez craindre que la présence d'une stomie change complètement votre vie. Il est normal de ressentir toutes sortes d'émotions et de se poser des questions. Mais sachez que vous n'êtes pas seul. Avec le programme me+, vous êtes bien entouré : vous recevez le soutien, l'inspiration, les solutions et les idées qu'il vous faut pour vivre votre vie avec une stomie à votre façon. En effet, nous croyons que ce sont vos centres d'intérêt, vos passe-temps, vos amis et tout ce qui vous rend unique qui vous définissent, et non pas votre stomie. Et nous sommes là pour vous aider à reprendre toutes les activités qui font de vous tout ce que vous êtes.

**Vous pouvez vous inscrire au programme me+ par téléphone ou courriel, dans la langue de votre choix.**

Appelez-nous au 1-800-465-6302 (L-V, 8 h – 18 h HNE) ou envoyez un courriel à [Convatec.Canada@convatec.com](mailto:Convatec.Canada@convatec.com)

## Ce que vous obtenez en vous inscrivant au programme **me+**



**me+ soins** : Produits, fournitures et conseils pour les premières semaines de retour à la maison.

**me+ soutien** : Spécialistes en chair et en os au bout du fil ou du clavier pour répondre à toutes vos questions.

**me+ réponses** : Une ressource exhaustive en ligne traitant de tous les aspects de la vie avec une stomie.

**me+ communauté** : Des idées et des récits inspirants d'autres personnes qui vivent avec une stomie.

## Soutien additionnel :

- Vous pouvez parler à une infirmière au Centre des relations avec la clientèle de ConvaTec si vous avez des questions sur votre colostomie, vos produits pour stomie ou si vous souhaitez plus d'aide et de soutien. Vous n'avez qu'à nous appeler au 1-800-465-6302.
- Vous pouvez commander vos échantillons gratuits et toute information dont vous aurez besoin pendant que vous apprenez à prendre soin de votre stomie en nous appelant au 1-800-465-6302.

« Je ne pensais jamais pouvoir refaire autant d'activités.  
Mais maintenant, je sais que ma stomie n'est qu'une partie  
de moi et non pas ce que je suis. »

Sarina

# POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS

## **Nurses Specialized in Wound, Ostomy & Continence Canada (NSWOCC) - Anciennement CAET**

Votre médecin et le personnel infirmier de votre hôpital sont vos premières ressources. Si aucun stomothérapeute ne fait partie de ce personnel, vous pourriez en chercher dans votre région en vous adressant à l'Association canadienne des stomothérapeutes.

**NSWOCC Office**  
66 Leopolds Drive  
Ottawa, ON K1V 7E3  
Tél : 1-888-739-5072  
Téléc. : (613) 523-1378  
Courriel : [office@caet.ca](mailto:office@caet.ca)  
[www.caet.ca](http://www.caet.ca)

## **Société canadienne des personnes stomisées**

Il s'agit d'un groupe de soutien pour les personnes vivant avec une stomie. Pour savoir s'il existe un chapitre dans votre région, écrire ou appeler :

5800 Ambler Dr., bureau 210,  
Mississauga, ON L4W 4J4  
Tél. : (905) 212-7111  
Tél. sans frais : 1-888-969-9698  
Téléc. : (905) 212-9002  
Courriel : [info1@ostomycanada.ca](mailto:info1@ostomycanada.ca)  
[www.ostomycanada.ca](http://www.ostomycanada.ca)

## **Intestinal Disease Education and Awareness Society (IDEAS)**

3885 203A Street  
Langley, BC V3A 1W6  
(604) 315-3371  
Courriel : [info@weneedideas.com](mailto:info@weneedideas.com)  
[www.weneedideas.com](http://www.weneedideas.com)

## **Fondation canadienne des maladies inflammatoires de l'intestin**

600-60 St. Clair Avenue East  
Toronto, ON M4T 1N5  
Tél. : (416) 920-5035  
Tél. sans frais : 1-800-387-1479  
Téléc. : (416) 929-0364  
Courriel : [ccfc@ccfc.ca](mailto:ccfc@ccfc.ca)  
[www.crohnetcolite.ca](http://www.crohnetcolite.ca)

## **Société canadienne du cancer**

55 St. Clair Avenue West, bureau 300  
Toronto, ON M4V 2Y7  
Tél. : (416) 961-7223  
Tél. sans frais : 1-888-939-3333  
Téléc. : (416) 961-4189  
Courriel : [ccs@cancer.ca](mailto:ccs@cancer.ca)  
[www.cancer.ca](http://www.cancer.ca)

## Association canadienne du cancer colorectal

### Montréal

1350 Sherbrooke St West, bureau 300

Montréal, QC H3G 1J1

Tél. : (514) 875-7745

Télec. : (514) 875-7746

### Toronto

2 Bloor St. West, bureau 700

Toronto, ON M4W 3R1

Tél.: 1-877-502-6566

### Courriel :

[information@colorectal-cancer.ca](mailto:information@colorectal-cancer.ca)

[www.colorectal-cancer.ca](http://www.colorectal-cancer.ca)

## Société canadienne de recherche intestinale

231-3665 Kingsway

Vancouver, BC V5R 5W2

Tél. : (604) 873-4876

Tél. sans frais : 1-866-600-4875

Télec. sans frais : 1-855-875-4429

ou (604) 451-4429

[www.mauxdeventre.org](http://www.mauxdeventre.org)

## INFORMATIONS SUCCINCTES

### Commander des fournitures et remboursement des assurances

- Les produits pour stomies sont des produits spéciaux et ne sont peut-être pas vendus dans votre pharmacie locale.
- Communiquez avec votre assureur pour savoir quelles fournitures sont couvertes par votre assurance, et les endroits qui les vendent (généralement par l'entremise d'un fournisseur ou d'un détaillant).
- Les infirmières de ConvaTec peuvent vous aider à trouver un détaillant local ou en ligne. Appelez au 1-800-465-6302.

## SOINS CONTINUS :

Voici une façon pratique de classer vos  
données importantes :

Nom de votre stomothérapeute:

---

---

Nom du médecin :

---

---

Hôpital :

---

---

Type d'intervention chirurgicale :

---

---

Type de stomie :

---

---

# DANS QUELLES CIRCONSTANCES DEVEZ-VOUS **APPELER LE MÉDECIN?**

## Déshydratation

- **Signes et symptômes** : bouche sèche, soif excessive, urine de couleur foncée ou de volume réduit.

## Blocage<sup>5,6</sup> (peut être partiel ou total)

- **Signes et symptômes** d'un blocage partiel : crampes, diarrhée liquide, ventre enflé ou gonflé, gaz produisant des sons aigus ou selles projectiles.
- **Signes et symptômes** d'un blocage total : crampes, ventre enflé ou gonflé, aucune selle produite pendant 2 jours ou plus, nausées ou vomissements.

## Complications de la stomie<sup>6</sup>

### Nécrose

- **Signes et symptômes** : la stomie doit être humide et rouge. Communiquer avec un médecin si la stomie devient mauve, grise ou noire, ou encore si elle est sèche en surface.

### Saignement

- **Signes et symptômes** : Un léger saignement est normal. Mais en cas de saignement excessif qui ne cesse pas, de saignement de l'intérieur de la stomie ou présence de sang dans les selles, rendez-vous dans un service d'urgence ou communiquer avec un médecin.

### Irritation cutanée autour de la stomie

- **Signes et symptômes** : peau rouge ou irritée, éruption cutanée, démangeaison ou peau atteinte.

### Hernie

- **Signes et symptômes** : saillie ou enflure sous la peau derrière la stomie.

### Prolapsus

- **Signes et symptômes** : stomie s'allonge et peut paraître télescopée; elle peut aussi changer de couleur.

#### Références:

1. Un aperçu du marché des produits pour stomies et le modèle d'affaires de ConvaTec. Global Business Intelligence Analysis 2009, décembre 2009, données de ConvaTec.
2. M. Goldberg, « Patient Education Following Urinary/Fecal Diversion », J. Carmel, J. Colwell et M. Goldberg, éd., Wound Ostomy and Continence Nurses Society Core Curriculum Ostomy Management, Philadelphia, PA: Wolters Kluwer; 2016: 131-139.
3. J. Carmel, « Specific Patient Management Issues », J. Carmel, J. Colwell et M. Goldberg, éd., Wound Ostomy and Continence Nurses Society Core Curriculum Ostomy Management, Philadelphia, PA: Wolters Kluwer; 2016: 140-147.
4. M. Gray, J. Colwell, D. Doughty et coll., « Peristomal Moisture-Associated Skin Damage in Adults with Fecal Ostomies », J Wound Ostomy Continence Nurs, 2013; 40(4):389-399.
5. J. Carmel, J. Colwell et M. Goldberg, éd., « Core Curriculum: Ostomy Management », Wound, Ostomy, and Continence Nurses Society, Philadelphia, PA: Wolters Kluwer; 2016.
6. A. Prinz, J. Colwell, H. Cross, J. Mantel, J. Perkins et C. Walker (2015). Discharge Planning for a Patient with a New Ostomy: Best Practice for Clinicians. J Wound Ostomy Continence Nurs. 42 (1); 79-82.



«Chaque soir, je note  
trois événements positifs  
de ma journée. C'est une  
excellente façon de la  
terminer.»

Michelle

**Codes de produits pour commander :**

---

---

**Autres médicaments :**

---

---

**Allergies :**

---

---

**Personne à joindre en cas d'urgence :**

---

---



## NOTES

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

## NOTES

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.





**C'est facile d'obtenir tous  
les avantages du programme me+  
Il suffit d'appeler au 1-800-465-6302**

Nous aimerions remercier **Deborah Abner**, M.Sc.Inf., ISC(C) et **JoElla Klassen** IA, B.Sc.Inf, ISC pour les révisions effectuées dans l'édition 2018 de ce livret.

Les photos d'individus dans cette brochure sont des mannequins, pour des besoins d'illustration seulement.

Toutes les marques de commerce et les marques déposées appartiennent à leurs propriétaires respectifs.

©2018 ConvaTec Inc. AP-018635-CA V1439

