

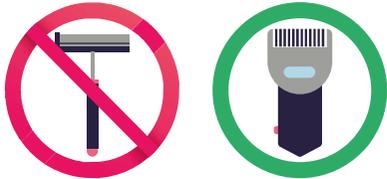
## CONSEILS

### Conseils pratiques :

Vous pouvez prendre une douche avec votre matériel, concernant le temps de baignade il est limité à 30 minutes.

Pour éviter les douleurs lors du retrait de votre matériel dues à la présence éventuelle de poils, il est conseillé de les tondre.

**Le rasage et l'épilation sont à proscrire**



### Conseils diététiques :

Sauf avis de votre chirurgien vous pouvez reprendre votre alimentation habituelle, en réintroduisant de façon progressive les aliments.

Vous devez veiller à bien vous hydrater, environ 1,5 litre à 2 litres par jour, toutes boissons confondues.



IPNS-Communication CHB - février 2025

CHIRURGIE GÉNÉRALE, DIGESTIVE ET HÉPATIQUE

## STOMATHÉRAPIE

### Soins patients porteurs d'une **COLOSTOMIE**



### Chirurgie générale, digestive et hépatique

Centre Hospitalier de Boulogne-sur-Mer  
Rue Jacques Monod - BP 609  
62321 BOULOGNE-SUR-MER cedex

☎ 03 21 99 33 40 & 03 21 99 34 79



stomatherapie@ch-boulogne.fr  
www.ch-boulogne.fr



Madame, Monsieur,

Vous venez de bénéficier d'une intervention chirurgicale qui a nécessité la mise en place d'une **STOMIE**.

Cette fiche vous accompagnera afin d'assurer vos soins à domicile.

## MATÉRIEL À PRÉVOIR

- Sac poubelle petit format.
- Papier à usage unique type essuie tout.
- Poches et/ou support (préparer la découpe à l'avance).
- Ciseaux courbes.

## DÉROULEMENT DU SOIN

- Se laver les mains.
- Ouvrir le sac poubelle.
- Séparer le papier à usage unique en deux.
- Humidifier une partie avec de l'eau du robinet.
- Garder l'autre partie sèche.
- Commencer à décoller le support du haut vers le bas d'une main tout en maintenant votre peau.
- Jeter le matériel usagé dans la poubelle.
- Nettoyer la stomie à l'aide du papier humide "moucher la stomie" puis nettoyer le pourtour.
- Sécher le pourtour de la stomie par tamponnement ou par absorption.
- Appliquer le matériel.
- Garder les mains sur la poche pendant quelques minutes afin que la poche se conforme au mieux sur la peau.
- Évacuer les déchets.
- Se laver les mains.

## GÉNÉRALITÉS

La stomie est l'abouchement d'une dérivation digestive à la peau, c'est une muqueuse rouge rosée, insensible, le changement n'est donc pas douloureux.

Le soin de stomie est un soin d'hygiène. Il est à réaliser de façon quotidienne. Le filtre présent sur la poche de stomie est efficace 24h.

### Il existe deux systèmes d'appareillage :

- le **1 pièce** : à changer intégralement tous les jours,
- le **2 pièces** : le support reste en place 2 à 3 jours la poche est à changer tous les jours, remettre de la pâte autour de la stomie de façon quotidienne.

Il n'est pas nécessaire d'utiliser des produits antiseptiques, du savon, l'eau du robinet est la plus adaptée.

La préservation de votre état cutané est essentielle, pour ce faire vous devez réaliser votre découpe au plus près de la stomie.

Votre stomie aura sa taille définitive environ un mois après votre intervention.

Les déchets sont à évacuer dans les poubelles ménagères.

Être stomisé(e) n'empêche pas la reprise des activités de la vie quotidienne (le sport, les loisirs, la vie de couple.)

Lors de votre consultation de contrôle avec les stomathérapeutes, le point sera fait sur votre appareillage et celui-ci pourra être modifié si nécessaire.