

Garder une peau saine quand on est stomisé



“Ce guide vous aidera à garder une peau saine et gérer les affections cutanées autour de votre stomie”

Anne Steen, Infirmière

Sommaire

Identifiez la condition cutanée qui correspond le mieux à votre stomie.



Garder une peau saine

1



Qu'est ce qu'une peau saine ?
Comment changer son appareillage ?

2



Exemple n°1 :
Stomie rétractée

6



Exemple n°2 :
Ulcération péristomiale

8



Exemple n°3 :

Surface irrégulière de la peau péristomiale

10



Exemple n°4 :

Irritations et rougeurs

12



Exemple n°5 :

Peau fragile et abîmée

14



Rôle du protecteur cutané

16



Garder une peau saine

Garder une peau saine autour de votre stomie est la chose la plus importante que vous puissiez faire afin d'assurer un appareillage confortable, fiable et sans problèmes.

L'étude l'OstomySkinStudy* (étude sur les affections cutanées autour des stomies) a révélé que presque la moitié des personnes vivant avec une stomie avaient la peau péristomiale irritée.

Etonnamment, cette nouvelle étude a également révélé que les personnes ne réalisaient pas que l'irritation de la peau puisse être évitée et qu'elles pouvaient avoir recours à un spécialiste.

Le contact entre les effluents et la peau est la cause principale des irritations cutanées. Quand la peau est irritée, le protecteur cutané de votre appareillage ne peut plus correctement adhérer à celle-ci. Il se crée alors un cercle vicieux entre fuites plus abondantes et peau de plus en plus irritée.

Il est à noter que certains gestes peuvent vous aider à éviter le contact entre les effluents et la peau péristomiale. Même si votre peau est irritée, grâce à des soins adaptés, elle peut retrouver toute son intégrité.

Nous avons créé ce livret d'informations en nous basant sur les toutes dernières informations issues de l'OstomySkinStudy*. Nous espérons que ce livret vous aidera à :

GARDER UNE PEAU SAINÉ
PREVENIR LES IRRITATIONS DE LA PEAU
TRAITER LES IRRITATIONS
RECONNAITRE QUAND IL FAUT CONSULTER UN SPECIALISTE

*Herlufsen et al. « Study of peristomal skin disorders in patients with permanent stomas. »
British Journal of Nursing 2006; 15:854-62

Qu'est ce qu'une peau saine ?

La photo ci-dessous montre une peau péristomiale saine. Il n'y a aucun changement apparent et cette zone, normalement recouverte d'un appareillage équipé d'un protecteur cutané, ressemble à n'importe quelle autre zone cutanée de l'abdomen.

Cinq conseils pour une peau saine :

- Assurez vous que votre peau est parfaitement propre et sèche avant d'appliquer votre appareillage.
- Vérifiez périodiquement la taille de votre stomie, surtout si vous avez une hernie, et ajustez l'orifice du protecteur cutané (partie adhésive) de votre appareillage afin qu'il corresponde exactement à la taille et à la forme de votre stomie.
- Assurez vous que le protecteur cutané adhère bien à la peau en exerçant une légère pression de la main sur toute sa surface.
- Changez votre appareillage dès que vous avez une sensation d'inconfort ou de démangeaisons.



Comment changer votre appareillage ?

Pour garder une peau saine, suivez chacune de ces étapes à chaque changement d'appareillage.

Préparez tout ce dont vous aurez besoin à l'avance afin de faciliter le changement de votre appareillage

Vous aurez besoin du matériel suivant :

- Un nouvel appareillage
- Un sac poubelle pour jeter la poche usagée
- Des compresses pour nettoyer et sécher la stomie
- De l'eau tiède
- Des accessoires comme la pâte péristomiale, ceinture etc....
(s'ils vous ont été recommandés par votre infirmier(ère) stomathérapeute)

Si vous devez adapter le protecteur cutané à la taille et à la forme de votre stomie, il vous faut :

- Un guide de découpe de votre stomie
- Un stylo
- Des ciseaux courbes de bonne qualité

Comment retirer l'appareillage usagé ?

- Avant de retirer l'appareillage, déversez le contenu de la poche dans les toilettes.
- Retirez l'appareillage usagé en décollant doucement le protecteur cutané de votre peau du haut vers le bas.
- Examinez le protecteur cutané après l'avoir retiré :
 - Est-ce que le protecteur cutané s'est dégradé ? Observez-vous des selles ou de l'urine sur la partie qui se trouvait du côté de la peau ? Si oui, cela signifie qu'il y a eu une fuite. Examinez votre peau et regardez si vous avez une irritation ou une plaie qui correspondrait à ce que vous observez sur le protecteur cutané. Si oui, assurez vous à l'avenir que le protecteur cutané adhère entièrement à la peau lors de son l'application. Vous devez changer le protecteur cutané avant qu'il se désagrège.

Comment nettoyer votre stomie et votre peau ?

- Nettoyez votre stomie et la peau péristomiale à l'eau tiède et à l'aide de compresses.
- Séchez doucement et avec précaution :
 - Il est très important que votre peau soit propre et complètement sèche avant d'appliquer le protecteur cutané. Si la peau n'est pas totalement sèche, le protecteur cutané ne collera pas entièrement à la peau et vous risquez d'avoir des fuites et/ou une irritation cutanée.
- Si nécessaire, coupez, mais ne rasez pas les poils se trouvant sur la zone péristomiale.

Comment préparer et mettre en place l'appareillage ?

- Si votre stomie a un aspect irrégulier, vous devrez ajuster l'orifice du support pour qu'il s'adapte parfaitement à votre stomie. Ainsi, vous assurerez la meilleure protection cutanée possible.
 - Utilisez un guide de mesure afin de vérifier le diamètre de votre stomie et découpez un patron à l'aide du guide de découpe. Ceci vous aidera à préserver le protecteur cutané de votre appareillage.
 - Utilisez le patron pour ajuster la découpe du protecteur cutané à l'aide de ciseaux courbes.
 - Vous ne devez pas appuyer sur la stomie.
- Tous les accessoires dont vous vous servez doivent être utilisés comme vous l'a indiqué votre infirmier(ère) stomathérapeute.
- Positionnez le protecteur cutané sur la peau péristomiale et assurez-vous que le protecteur cutané entre entièrement en contact avec celle-ci :
 - Commencez au plus près de la stomie en exerçant une légère pression sur le protecteur cutané en partant du centre jusqu'à la périphérie.
- Si vous utilisez un système « deux pièces », il vous suffit ensuite de placer la poche sur le support

Si vous avez une iléostomie ou une urostomie

- Votre stomie peut produire des effluents pendant le changement. Ceux-ci se déposeront sur la peau. Pour éviter ceci, entourez votre stomie d'un mouchoir en papier doux qui absorbera les effluents.
- Retirez le mouchoir en papier avant d'appliquer protecteur cutané de votre nouvel appareillage.

Si vous avez un prolapsus (stomie longue et proéminente)

- Votre stomie peut entrer en contact avec votre peau et suinter lorsque vous retirez l'appareillage usagé. Assurez vous que votre peau est sèche avant d'appliquer le nouvel appareillage.

Gérer les irritations cutanées

Exemple 1 : Stomie rétractée



Sur cet exemple, la photo montre une irritation cutanée sévère sur une personne avec une stomie rétractée. La peau a macéré (peau fragile, suintante avec tendance à s'abîmer et s'infecter) car de l'urine a fui sous le protecteur cutané et est restée en contact permanent avec la peau péristomiale.



Voici le protecteur cutané vu de dos. Deux raisons expliquent pourquoi cette personne a développé une irritation cutanée. Bien que le support ait été changé tous les 3 jours, des signes visibles d'érosion apparaissent après seulement 32 heures. Les poils, présents sur l'abdomen, ne permettent pas une bonne adhérence entre le protecteur cutané et la peau.

Recommandations pour garder une peau saine

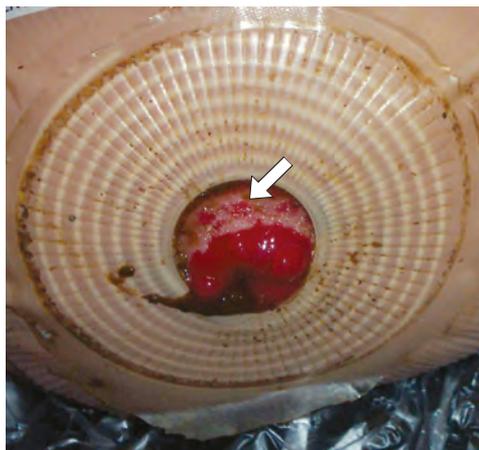
Si vous avez une stomie rétractée, vous observerez peut être plus de fuites que la normale. Il est particulièrement important de prendre les précautions adéquates afin de minimiser les fuites et garder une peau saine.

- **Contactez votre infirmier(ère) stomathérapeute qui vous prodiguera des conseils et vous donnera un traitement adapté si votre peau est irritée.**
- **Minimisez les risques de fuite.**
 - Retirez tous les poils entourant votre stomie (voir marche à suivre en page 3).
 - Nettoyez et séchez soigneusement la peau. Il est très important que la peau soit entièrement sèche avant d'appliquer le protecteur cutané sinon elle risque d'être fragilisée et de s'abîmer plus facilement. Une peau propre et sèche permet une meilleur adhésion du protecteur cutané.
- **Assurez vous que le protecteur cutané adhère totalement à la peau.**
 - Utilisez un produit convexe avec un diamètre adapté à votre stomie afin de la faire ressortir (utilisez un guide de mesure).
 - Appliquez de la pâte péristomiale, si nécessaire.
 - Utilisez une ceinture pour maintenir l'appareillage dans la bonne position.
- **Minimisez les risques de contact de votre peau avec l'urine ou les selles.**
 - Choisissez un protecteur cutané résistant à l'érosion.
 - Changez le protecteur cutané avant qu'il ne commence à se désagréger.
- **Si votre stomie est difficile à observer à cause d'un pli de la peau trop important, utilisez un miroir pour mieux la visualiser.**

Exemple 2 : Ulcération péristomiale



Sur cette photo, la peau entourant une colostomie de petite taille présente des petits ulcères et des rougeurs. L'irritation de la peau est due à l'exposition aux selles et risque d'empirer si les mesures nécessaires ne sont pas prises.



Cette personne a développé une irritation cutanée car l'appareillage n'était pas adapté et mal positionné. Comme le montre cette photo, une partie de la peau est découverte, entraînant un contact direct avec les selles et une fuite sous le support.

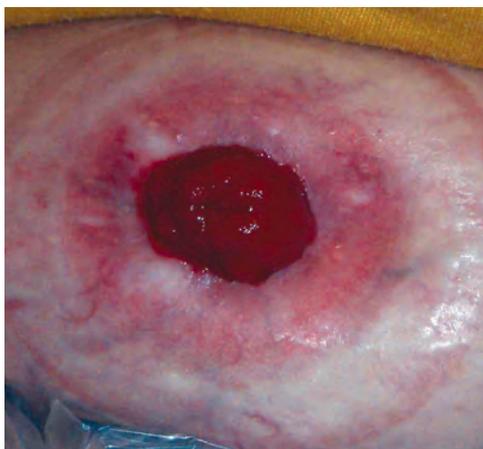
Recommandations pour garder une peau saine

Si vous avez une stomie de petite taille, il est essentiel d'adapter et positionner votre appareillage correctement. Ainsi, vous éviterez les fuites et garderez une peau saine.

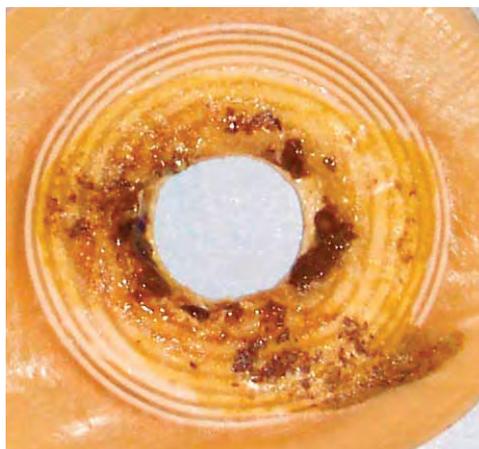
- **Contactez votre infirmier(ère) stomathérapeute qui vous prodiguera des conseils et vous donnera un traitement adapté si votre peau est irritée.**
- **Ajustez l'orifice du support au diamètre exact de votre stomie**
(voir marche à suivre en page 3)
 - Votre peau cicatrisera si elle est protégée des selles grâce à un ajustement et un positionnement adaptés de votre appareillage.
- **Nettoyez et séchez votre peau avec précaution**
 - La peau doit être entièrement sèche avant l'application du protecteur cutané.
- **Si votre stomie est difficile à observer à cause d'un pli de la peau trop important, utilisez un miroir pour mieux la visualiser.**

Exemple 3 :

Surface irrégulière de la peau péristomiale



Cette photo montre une peau rouge et irritée, autour d'une iléostomie à la peau rétractée. Cette stomie se situe en haut d'un important pli cutané, rendant plus difficile le contact entre le protecteur cutané et la peau.



Cette personne a développé une irritation cutanée suite à une fuite sous le protecteur cutané. Ce dernier était généralement changé tous les 4 jours mais la photo indique qu'il y avait déjà des signes visibles de fuite au 4^{ème} jour. L'appareillage aurait dû ainsi être changé plus fréquemment.

Recommandations pour garder une peau saine

Si votre stomie est rétractée et/ou se trouve dans un pli de la peau, la surface de la peau péristomiale sera irrégulière. Ainsi, il est important de prendre des précautions afin d'assurer un ajustement adéquat de votre appareillage et éviter les fuites.

- **Contactez votre infirmier(ère) stomathérapeute qui vous prodiguera des conseils et vous donnera un traitement adapté si votre peau est irritée.**
- **Assurez vous que le protecteur cutané adhère totalement à la peau sinon il y a un risque de fuite, comme le montre la photo de droite.**
- **Appliquez éventuellement une pâte péristomiale afin de combler le creux formé par le pli et de retrouver une peau régulière et/ou utilisez un produit convexe afin de faire ressortir la stomie.**
- **Assurez vous que l'orifice du protecteur cutané corresponde exactement au diamètre de la stomie** (voir marche à suivre en page 3).
 - Votre peau cicatrisera si elle est protégée des selles grâce à un ajustement et positionnement adéquats de l'appareillage.
- **Nettoyez et séchez votre peau avec soin.**
 - Votre peau doit être complètement sèche avant l'application du protecteur cutané.
- **Si votre stomie est difficile à observer à cause d'un pli de la peau trop important, utilisez un miroir pour mieux la visualiser.**
- **Changez d'appareillage environ tous les deux jours.**
 - Examinez le protecteur cutané afin de détecter les éventuels signes de fuite (voir marche à suivre en page 3).
- **Portez éventuellement une ceinture abdominale afin de maintenir l'appareillage dans la bonne position.**

Exemple 4 : Irritations et rougeurs



Cette photo montre une peau abîmée (érodée) présentant des rougeurs autour d'une iléostomie. Le contact avec les effluents de la stomie est la cause principale de cette irritation. Les effluents d'une iléostomie contiennent des enzymes digestifs, très corrosifs, qui agressent tout d'abord le protecteur cutané, puis la peau.



Cette personne a développé une irritation cutanée suite à une érosion du protecteur cutané. Cette photo montre que seulement la couche supérieure du protecteur a résisté. Le reste du protecteur cutané s'est désagrégé à cause du contact avec les effluents et des suintements à la surface de la stomie. Le protecteur cutané était généralement changé tous les 4 jours mais après 50 heures, il présentait des signes visibles d'érosion et aurait dû être changé plus fréquemment.

Recommandations pour garder une peau saine

Si vous avez une irritation cutanée, il est particulièrement important de protéger la peau des effluents de la stomie.

- **Contactez votre infirmier(ère) stomathérapeute qui vous prodiguera des conseils et vous donnera un traitement adapté si votre peau est irritée.**
- **Empêchez les suintements, à la surface de la stomie, d'entrer en contact avec la peau** (voir marche à suivre en page 3).
- **Minimisez les risques d'exposition de la peau aux effluents de la stomie.**
 - Choisissez un support résistant à l'érosion.
 - Changez le protecteur cutané avant qu'il ne commence à se désagréger.
- **Examinez le protecteur cutané au moins tous les deux jours.**
 - Retirez la poche et examinez la zone péristomiale.
 - Si le protecteur cutané présente un signe d'érosion (devient blanchâtre ou semble avoir disparu), le protecteur cutané doit être changé.
 - Un miroir vous aidera à mieux visualiser le protecteur cutané.
 - Protéger la zone péristomiale avec un protecteur cutané résistant à l'érosion aidera votre peau à cicatriser.
- **Si vous utilisez un système « une pièce », parlez en à votre infirmier(ère) stomathérapeute afin de trouver la fréquence la mieux adaptée pour le changement d'appareillage.**
 - Examinez le côté du protecteur cutané qui se trouve sur la zone péristomiale, lorsque vous changez d'appareillage, et assurez vous qu'il est intact.
- **Nettoyez et séchez avec soin**
 - Examinez le côté du protecteur cutané qui se trouve sur la zone péristomiale, lorsque vous changez d'appareillage, et assurez vous qu'il est intact

Exemple 5 : Peau fragile et abîmée



Cette photo montre une peau fragile, irritée et abîmée autour d'une urostomie. La peau a été en contact permanent avec l'urine, ce qui l'a fragilisée, avec un risque d'irritation.



La peau de cette personne est abîmée car le protecteur cutané a été porté trop longtemps. Cette photo montre que seulement la couche supérieure du protecteur cutané a résisté, laissant la peau sans protection. Le protecteur cutané était généralement changé tous les 7 jours mais après 6 jours, il présentait des signes visibles d'érosion et aurait dû être changé plus fréquemment.

Recommandations pour garder une peau saine

Si votre stomie est fragile et abimée, il est important de s'assurer que le protecteur adhère correctement. Il empêchera ainsi l'urine de rentrer en contact avec votre peau et évitera les irritations.

- **Contactez votre infirmier(ère) stomathérapeute qui vous prodiguera des conseils et vous donnera un traitement adapté si votre peau est irritée.**
- **Minimisez les risques de contact entre de la peau et l'urine s'évacuant de la stomie.**
 - Choisissez un protecteur cutané résistant à l'érosion.
 - Changez le protecteur cutané avant qu'il ne commence à se désagréger.
- **Essuyez les suintements à la surface de votre stomie** (voir marche à suivre en page 3).
 - Retirez la poche et examinez la zone péristomiale.
 - Si le protecteur cutané présente un signe d'érosion (devient blanchâtre ou semble avoir disparu), le protecteur cutané doit être changé.
- **Si vous utilisez un système « une pièce ».**
 - Il est conseillé de le changer au moins une fois par jour.
- **Si vous utilisez un système « deux pièces ».**
 - Examinez le côté du protecteur cutané qui se trouve sur la zone péristomiale lors du changement de poche. S'il est érodé, changez-le.
- **Nettoyez et séchez avec soin**
 - Votre peau doit être entièrement sèche avant l'application d'un nouveau protecteur cutané.

Rôle du protecteur cutané

Le protecteur cutané maintient la poche en place.

Avec les appareillages « une pièce », le protecteur cutané est solidaire de la poche et les deux sont changés en même temps.

Avec les appareillages « deux pièces », la poche vient se fixer sur le protecteur cutané, grâce à un système de couplage. La poche peut être remplacée sans changer le protecteur cutané.

Pour les systèmes « une pièce » et « deux pièces », le protecteur cutané exerce deux fonctions :

Il maintient la poche à l'emplacement adéquat.

Il préserve l'intégrité de la peau péristomiale.

Afin de remplir ces deux fonctions, le protecteur cutané doit :

- **Adhérer**

Le protecteur cutané doit entièrement recouvrir la peau péristomiale, jusqu'aux bords de l'appareillage. Il ne doit pas se décoller de la peau ou laisser des ouvertures entraînant un contact entre la peau et les effluents de la stomie.

- **Absorber**

Une peau saine transpire. Si la transpiration n'est pas absorbée, la peau se fragilise et il y a un risque de macération et d'irritation.

- **Resister à l'érosion**

Un protecteur cutané de mauvaise qualité risque de se désagréger quand il absorbe trop d'humidité. Alors, les effluents de la stomie peuvent entrer en contact avec la peau.

- **Etre non irritant**

Le protecteur cutané ne doit pas irriter la peau de par sa taille ou ses composants.

- **Etre souple**

Le protecteur cutané doit épouser les reliefs, même irréguliers, de la peau et suivre tous les mouvements du corps. La souplesse permet un port plus confortable du protecteur cutané et maintient un contact parfait (adhérence) avec la peau.

- **Se retirer facilement**

Le retrait du protecteur cutané peut être douloureux ou risquer d'abîmer la peau. Quand le protecteur cutané absorbe l'humidité, il peut se ramollir et risquer de se déchirer en laissant des résidus sur la peau. Retirer ces résidus peut entraîner une irritation de la peau. Le retrait d'un protecteur cutané de bonne qualité doit être facile : il n'est pas douloureux, n'abîme pas la peau et ne laisse pas de résidus.



Gérer les irritations cutanées



Exemple n°1 : Stomie rétractée p.6



Exemple n°2 : Ulcération péristomiale p.8



Exemple n°3 : Surface irrégulière de la peau péristomiale p.10



Exemple n°4 : Irritations et rougeurs p.12



Exemple n°5 : Peau fragile et abîmée p.14

Soins des stomies
Urologie & Continence
Soins des plaies



Le logo Coloplast est une marque enregistrée par Coloplast A/S, DK - 3050 Humlebaek.
© Tous droits réservés aux Laboratoires Coloplast 312 328 362 RCS Bobigny - Réf. 1141S - Juillet 2013



Laboratoires Coloplast
Les Jardins du Golf
6, rue de Rome
93561 Rosny-sous-Bois Cedex - France
Tél. : 01 56 63 17 00
Fax : 01 56 63 18 07

www.coloplast.fr