

LABORATOIRES COLOPLAST
SERVICE RELATIONS UTILISATEURS OSTOMIE
AUTORISATION 62888
94129 FONTENAY SOUS BOIS CEDEX

OC-VVREHNG-05-24



PERF
20 g
vali dité
permanente



De retour chez vous

Avant d'avoir une colostomie, il était possible de retenir les selles jusqu'à ce que vous alliez aux toilettes. Après l'opération, cela ne sera plus possible car suite au retrait du rectum et de l'anus, il n'y a plus de sphincter (muscle qui se contracte) pour fermer l'intestin et assurer la continence. Ainsi, les selles s'écouleront quand la stomie est active. Cela signifie que vous devrez tout le temps porter une poche.

IMPORTANT ! Si la peau autour de votre stomie est exposée aux selles, elle risque de s'irriter. De ce fait, elle peut devenir suintante et la poche ne pourra plus adhérer à l'abdomen ; il est donc très important que la peau autour de la stomie reste toujours propre et sèche, surtout après la toilette. Des accessoires de stomie existent pour prendre soin de votre peau autour de votre stomie.

Si vous portez une poche vidable, comment la vider ?

Une fois le contenu de la poche vidé dans les toilettes, nettoyez le clamp avec du papier hygiénique. Repliez le clamp et fermez le solidement, comme vous l'a montré votre infirmier(ère) stomathérapeute (Figure 5).

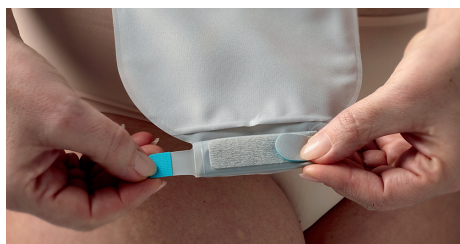


Figure 5

Pour changer votre poche de stomie :

Assurez vous que vous avez tout ce qu'il faut avant de procéder au changement de poche :

- Un sac poubelle pour jeter la poche usagée
- Une nouvelle poche de colostomie
- Un support adhésif (séparé de la poche) si vous utilisez un appareillage 2 pièces
- Des accessoires, comme un **anneau protecteur** pour renforcer l'adhérence des bords de votre support.

Retirez doucement la poche usagée et nettoyez la peau avec de l'eau tiède. Pour vous aider lors de cette toilette, n'hésitez-pas à demander votre **kit d'hygiène gratuit** via le coupon ci-contre. Vous pouvez également utiliser un spray de retrait pour faciliter le retrait de votre support et enlever les résidus d'adhésif sur votre peau.

Tenir une feuille de papier hygiénique au-dessous de la stomie peut s'avérer utile afin de recueillir les effluents qui s'écoulent pendant la toilette. L'utilisation d'un savon

neutre est possible mais sachez qu'il assèche la peau.

Quand la peau est propre, séchez avec soin. Retirez le film protecteur du nouveau support adhésif. Appliquez-le en positionnant vos doigts en bas, en dessous de la stomie puis remontez-les progressivement vers le haut.

Appuyez fermement sur le support adhésif pour qu'il adhère bien à l'abdomen et assure une fermeture hermétique , ce qui évitera que les selles n'entrent en contact avec la peau.

Videz le contenu de la poche usagée dans les toilettes si c'est une poche vidable.

Déposez la poche et autres déchets dans le sac poubelle et jetez le tout avec les ordures domestiques (Ne pas jeter le sac poubelle dans les toilettes).

Lavez-vous bien les mains, une fois l'opération terminée.

Concernant les gaz

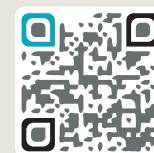
Les gaz sont produits par les bactéries naturellement présentes dans l'intestin. Après l'opération chirurgicale, ces gaz (flatulences) s'échappent directement dans la poche de stomie avec les selles. Le haut de la poche comporte un filtre désodorisant permettant aux gaz de s'échapper, tout en filtrant les mauvaises odeurs. Il arrive que le filtre cesse de fonctionner avant le changement de

poche, ce qui entraîne un gonflement de celle-ci, la rendant ainsi moins discrète. Il est alors possible de laisser l'air s'échapper en ouvrant le clamp intégré à la poche vidable ou en soulevant légèrement la poche du couplage. N'hésitez pas à en parler avec votre infirmier(ère) stomathérapeute.



Découvrez **MémoStomie™**, l'application pour prendre soin de votre stomie au quotidien

L'application **MémoStomie™** vous fournit des informations et de nombreux outils utiles au quotidien pour vivre avec votre stomie.



Téléchargez **MémoStomie™** gratuitement en scannant le QR code



Une question ? Besoin d'aide ?

Vous cherchez une solution adaptée à vos besoins ?

Nos conseillers du Service Relations Utilisateurs sont à votre écoute, du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30.



téléphone au :

0 800 01 58 68

Service & appel gratuits



e-mail à :

FR_SRU@coloplast.com



Estelle
Conseillère du Service Relations Utilisateurs Coloplast

Données Personnelles : Les Laboratoires Coloplast SAS, en tant que responsables de traitement conjoint avec la société Coloplast A/S Danemark, collectent et traitent vos données sur la base de votre consentement pour les finalités mentionnées dans ce formulaire. Vous pouvez retirer votre consentement à tout moment, sans conséquences, en écrivant à privacyrequests@coloplast.com ou en nous appelant au 0 800 01 58 68 (numéro gratuit). De même, vous pouvez exercer l'ensemble de vos droits relatifs à vos données personnelles (les droits d'accès, de rectification, d'effacement, de limitation, de portabilité ou de saisir la CNIL). Pour plus d'informations, veuillez consulter la section relative au consentement pour les échantillons figurant dans notre note d'information relative au(x) consentement(s) consultable à l'adresse suivante : <http://info.coloplast.fr/consentement>.

Soins des stomies | Continence | Soins des plaies | Urologie interventionnelle

Laboratoires Coloplast - SAS : Société par actions simplifiée
Siège social : Le Move - 38 rue Roger Salengro - 94120 Fontenay-sous-Bois - France
Capital social : 22 001 980 Euros - RCS CRETEIL : 312 328 362
SIREN : 312 328 362 - CODE NAF (ex APE) : 4646Z
N° TVA Intracommunautaire : FR 18 312 328 362

www.coloplast.fr Le logo Coloplast est une marque enregistrée par Coloplast A/S, DK - 3050 Humlebaek. © Tous droits réservés aux Laboratoires Coloplast - Réf. 20565 - Mai 2024 - PA



Apprendre à vivre avec une colostomie

Renée, 36 ans,
colostomisée depuis 2019.



Ce livret d'informations a été conçu pour vous aider à comprendre comment vivre avec une colostomie. Il vous propose une présentation de l'appareil digestif, explique en quoi consiste l'opération chirurgicale et fournit des informations sur les stomies.

Généralités

L'appareil digestif

Les aliments que nous ingérons passent dans l'œsophage, puis vont vers l'estomac. Les enzymes et les sucs gastriques de l'estomac, ainsi que l'intestin grêle démarrent le processus de digestion des aliments. La nourriture devient liquide et l'absorption des nutriments et des vitamines se fait dans l'intestin grêle. Celui-ci mesure entre 6 et 7 mètres de long. Dans l'intestin grêle, la plupart des nutriments et vitamines sont absorbés pour être utilisés par l'organisme. Les aliments non digérés poursuivent leur cheminement dans le côlon où une grande partie de leur eau va être réabsorbée. Ils vont prendre alors une consistance moulée et former les selles ou fèces. Vue de face de l'abdomen (Figure 1).

Le côlon démarre depuis le côté inférieur droit de l'abdomen. Il remonte à droite et traverse l'abdomen pour rejoindre le côté gauche où il commence à descendre et se termine par le rectum.

Une colostomie est un abouchement du côlon à la paroi de l'abdomen afin de dériver les selles (Figure 2). Le terme colostomie est composé de deux mots : "colo" et "stomie". "Colo" se rapporte au côlon et "Stomie" est un mot grec qui signifie "ouverture" et fait référence à l'abouchement d'un organe creux à la peau, dans ce cas le côlon.

Il existe différents types de stomies mais dans ce livret d'informations, nous nous concentrerons uniquement sur la colostomie.



Figure 2

L'opération chirurgicale

Au cours de certaines affections touchant le côlon, il peut s'avérer nécessaire de retirer une partie du côlon, ainsi que le rectum.

La partie restante du côlon doit être dérivée afin de l'aboucher à la surface de la peau, par le biais d'une ouverture de l'abdomen. Le côlon est suturé à la peau (Figure 3). En termes médicaux, cette opération s'appelle une colostomie.

Les points de suture autour de votre stomie seront retirés au bout de 7 à 10 jours.

Après votre opération chirurgicale, les selles ne seront plus évacuées de votre corps par les voies naturelles mais par la colostomie.

Emplacement de votre colostomie

Une colostomie se situe généralement sur le côté gauche de l'abdomen, légèrement en dessous du nombril (Figure 2).

Apparence de votre colostomie

La colostomie est de couleur rouge, vive, brillante ou humide, comme une muqueuse à l'intérieur de la bouche. Généralement de forme ronde, elle peut être ovale ou légèrement étirée (allongée). Elle ressortira probablement un peu à la surface de la peau.

Juste après l'intervention chirurgicale, votre colostomie sera enflée mais l'œdème diminuera au cours des 6 à 8 semaines suivant l'opération.

La taille moyenne d'une colostomie se situe entre 2 et 5 cm de diamètre et dépassera de l'abdomen d'environ 1 à 2 cm.



Pour en savoir sur la colostomie, scannez ce QR Code

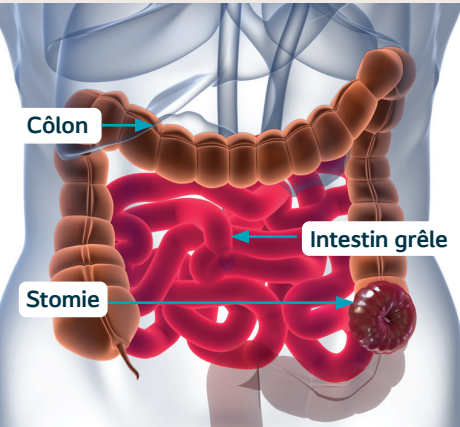


Figure 3

La stomie au toucher

Vous pouvez toucher votre stomie. La stomie comprend très peu de tissus nerveux donc elle est insensible au toucher (Figure 4).

Elle peut saigner un peu lorsque vous la touchez, surtout lors de la toilette. Ceci est relativement normal et ne doit pas vous inquiéter. Si les saignements persistent, vous devez en avertir votre chirurgien ou infirmière stomathérapeute.



Figure 4

Tous nos conseils pour gérer votre colostomie au quotidien

Recueil des selles dans la poche

Les selles de votre colostomie sont recueillies dans une poche fixée par un support adhésif (protecteur cutané) à votre abdomen. La plupart des personnes qui ont une colostomie utilisent une poche fermée mais doivent apprendre à utiliser une poche vidable. En effet, quelquefois (par exemple, en cas de diarrhée), la poche ne peut contenir toutes les selles et doit être vidée.

Vous changerez probablement votre poche tous les jours et le support adhésif sera changé en même temps que la poche (si vous utilisez un appareillage 1 pièce) ou tous les 2 à 3 jours (si vous utilisez un appareillage 2 pièces*). Utilisez une poche dotée d'un protecteur cutané qui n'irrite pas la peau et munie d'un matériau doux (voile en non-tissé). Votre infirmier(ère) stomathérapeute vous aidera à choisir la poche qui vous convient.

Comment utiliser une poche vidable ?

La plupart des gens s'assoient sur les toilettes quand ils vident leur poche tandis que d'autres préfèrent s'agenouiller sur le côté ou rester debout. Tout dépend de ce qui vous convient le mieux.

Prenez le clamp entre vos mains.

Enlevez les œilletons et dépliez avec précaution le clamp au dessus des toilettes. Les effluents (selles liquides) s'écoulent en dehors de la poche. Vous pouvez accélérer le débit en appuyant sur la poche du haut vers le bas. Une fois son contenu vidé dans les toilettes, nettoyez le clamp avec du papier hygiénique.

* Guide des Bonnes pratiques en stomathérapie chez l'adulte - entérostomies. AFET, éd. 2003. Page 121.

Les soins de base

✓ A faire

- Utiliser une compresse, un linge propre ou un gant
- Laver à l'eau claire / éventuellement utiliser un savon neutre
- Bien rincer
- Bien sécher délicatement

✗ A ne pas faire

- Afin que votre appareillage ait la meilleure tenue possible et pour ne pas irriter votre peau, ne pas utiliser les produits suivants :
 - Alcool
 - Ether
 - Bétadine®
 - Eosine
 - Mercryl®
 - Pommade ou crème
- Ne pas sécher à l'aide d'un sèche-cheveux, cela pourrait irriter votre peau

Comment prendre soin de votre corps ?

Les soins d'hygiène corporelle ne posent pas de problème particulier. Vous pouvez prendre des bains et des douches, et ce, dès votre retour à domicile, si votre état le permet.

Si vous avez une colostomie gauche

Vous pouvez prendre votre douche ou votre bain avec ou sans poche. N'ayez aucune crainte, l'eau ne peut pas pénétrer dans la stomie. Si vous gardez votre poche, recouvrez le filtre avec une pastille adhésive (livrée avec les poches). La consistance des selles de la colostomie gauche sont proches de celles évacuées par les voies naturelles.

Coloplast vous offre votre kit hygiène



Renvoyez le coupon ci-dessous SANS L'AFFRANCHIR

ou appelez-nous au 0 800 01 58 68 Service & appel gratuits

☐ Mme ☐ M.

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Téléphone :

Type de stomie : ☐ Colostomie ☐ Urostomie ☐ Iléostomie

Vous utilisez des produits : ☐ Coloplast ☐ Hollister ☐ Convatec ☐ Autre ☐ Je ne sais pas

Ensemble adoptons les gestes responsables !

Continuez à recevoir en avant-première nos nouveautés produits et services en indiquant votre adresse-mail :

Email :

J'accepte que les Laboratoires Coloplast SAS, en tant que responsables de traitement conjoint avec la société Coloplast A/S Danemark (ci-après conjointement désignés « Coloplast »),

☐ Collectent, traitent et enregistrent mes données personnelles dans le but de traiter ma commande* et me tenir informé(e) par téléphone, SMS, e-mail ou courrier, en fonction de mes préférences. Les Laboratoires Coloplast SAS peuvent partager mes données avec ses sous-traitants pour ces finalités exclusivement et transférer les données de manière sécurisée en dehors de l'UE.

* Obligatoire pour pouvoir traiter votre demande

☐ Collectent, traitent et enregistrent mes données personnelles dans le but de me faire connaître les produits et services Coloplast qui me concernent, partager des parcours d'autres utilisateurs, et m'informer des événements à venir et améliorer leurs services en procédant à des campagnes sur mesure, que ce soit par téléphone, SMS, e-mail ou courrier. Ces communications seront basées sur les données personnelles que je leur ai fournies, mes préférences et mes intérêts, comprenant mes données de santé. Ils pourront partager mes données avec leurs sous-traitants pour ces finalités exclusivement.

Pour exercer vos droits et en savoir plus sur la façon dont Coloplast, traite vos données, reportez-vous à la section Données Personnelles de ce formulaire.

Humidifiez ici !

Humidifiez ici !

Humidifiez ici !

OC-VVREHYG-05-24