

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

OC-VVREHNG-05-24



PERF  
20 g  
valdité  
permanente



## De retour chez vous

Avant d'avoir l'urostomie, il était possible de retenir l'urine jusqu'à ce que vous alliez aux toilettes. Après l'opération, cela ne sera plus possible car il n'y a plus de sphincter (muscle qui se contracte) pour fermer l'urètre (comme avec la vessie) et assurer la continence. Ainsi, les urines s'écouleront en continu à travers la stomie. Cela signifie que vous devrez tout le temps porter une poche.

**IMPORTANT !** Si la peau autour de votre stomie est exposée à l'urine, 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.

## Comment vidanger votre poche d'urostomie ?

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.

Videz la poche tout simplement, au dessus des toilettes, en ouvrant le robinet situé sur la partie inférieure.



Tenez la partie inférieure de la poche légèrement vers le haut, afin d'éviter qu'elle ne se vide trop vite et de manière incontrôlable.

Pincez le robinet de vidange d'une main et ouvrez le de l'autre.

Orientez le vers le bas pour permettre à l'urine de s'évacuer entièrement.

Appuyez doucement sur les côtés de l'ouverture afin de faciliter l'évacuation. Une fois l'urine évacuée dans les toilettes, nettoyez la partie inférieure de la poche avec une feuille de papier hygiénique.

Fermez le robinet et si possible, pliez-le dans la poche en utilisant la fente prévue à cet effet, comme vous l'a montré votre infirmier(ère) stomathérapeute.

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

## Une poche facile à changer

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 d'urostomie
- Un support adhésif (séparé de la poche) si vous utilisez un appareillage 2 pièces
- Des accessoires, comme un **anneau protecteur** ou de la pâte pour protéger votre peau péristomiale, s'ils vous ont été recommandés par votre infirmier(ère) stomathérapeute. Vous pouvez également utiliser un spray de retrait pour faciliter le retrait de votre support et enlever les résidus d'adhésif sur votre peau.

Retirez doucement la poche usagée et nettoyez la peau à 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. Tenir une feuille de papier hygiénique au-dessous de la stomie peut s'avérer utile afin de recueillir l'urine qui s'écoule lors de 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 par tamponnement et sans frotter.

Retirez le film transparent du nouveau support adhésif. Appliquez le support adhésif en commençant en dessous de la stomie puis en progressant vers le haut. Appuyez fermement sur le support adhésif pour qu'il adhère bien à l'abdomen et assure une fermeture hermétique et évite ainsi que les urines n'entrent en contact avec la peau.

## Pour la nuit

Beaucoup de personnes vivant avec une urostomie raccordent leur poche à une poche de recueil pour éviter les fuites nocturnes (Figure 6).

Les avantages de ce système, sont les suivants :

- Pas besoin de se lever pour vider la poche
- La poche de stomie ne risque pas de déborder pendant votre sommeil.

Conseil : Utilisez le raccord fourni dans votre boîte produit pour connecter la poche de recueil au robinet de la poche d'urostomie.



Figure 6



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](mailto: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](http://www.coloplast.fr) Le logo Coloplast est une marque enregistrée par Coloplast A/S, DK - 3050 Humlebaek. © Tous droits réservés aux Laboratoires Coloplast - Réf. 20585 - Mai 2024 - PA



# Apprendre à vivre avec une urostomie

Joern, 70 ans,  
urostomisé depuis 3 ans.



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

## Généralités

### Le système urinaire

Les reins se situent dans la partie supérieure du dos, derrière l'abdomen, de part et d'autre de la colonne vertébrale (Figure 1). L'urine est produite par les reins et s'écoule à travers les uretères, dans la vessie. L'envie d'uriner a lieu quand la vessie contient environ 300 ml d'urine (un peu plus d'une tasse de liquide). L'urine passe ensuite dans l'urètre, le canal qui relie la vessie à l'extérieur.

Une urostomie est une dérivation des voies urinaires par abouchement à la peau de la paroi abdominale (ventre) (Figure 2). Le terme urostomie est composé de deux mots : «uro» et «stomie». «Uro» se rapporte au système urinaire qui est dévié. «Stomie» est un mot grec qui signifie l'abouchement d'un organe creux à la peau.

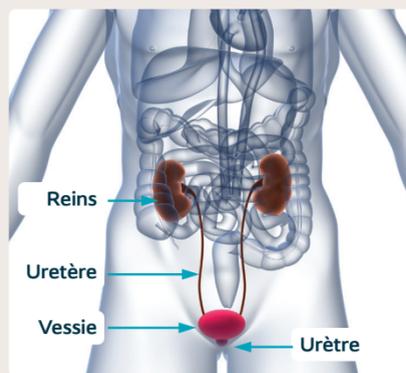


Figure 1



Figure 2

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

Après l'opération chirurgicale, vos urines ne s'évacueront plus par les voies naturelles mais par l'urostomie. Après une période d'adaptation, vous pourrez mener une vie normale avec votre urostomie.

### Emplacement de votre urostomie

Une urostomie est généralement située sur le côté droit de l'abdomen, légèrement en dessous du nombril (Figure 2).

### L'opération chirurgicale

Ex : Dérivation de Bricker

Au cours de certaines affections touchant la vessie, il peut s'avérer nécessaire de pratiquer une ablation chirurgicale.

Les uretères sont dérivés à travers une portion de l'intestin grêle (le conduit iléal) et ce conduit est abouché à la surface par le biais d'une ouverture dans l'abdomen. Le tout est suturé à la peau.

En termes médicaux, cette opération s'appelle une urostomie (Figure 3).

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

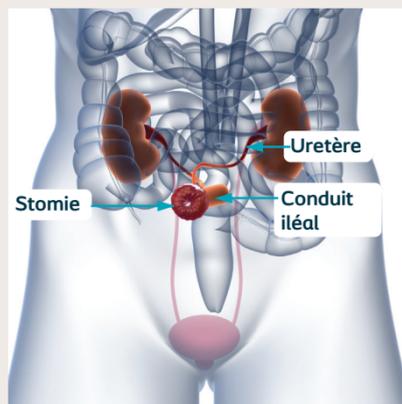


Figure 3

### Apparence de votre urostomie

L'urostomie 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).

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

La taille moyenne d'une urostomie se situe entre 2 et 4 cm de diamètre et dépassera de l'abdomen d'environ 3 à 4 cm (Figure 4).

### La stomie au toucher

Vous pouvez toucher votre stomie.

La stomie comprend très peu de tissus nerveux donc elle est insensible au toucher.

Elle peut saigner un peu lorsque vous la touchez, surtout lors de la toilette. Ceci est relativement normal et ne doit pas vous inquiéter.



Pour en savoir sur l'urostomie, scannez ce QR Code

Si les saignements persistent, vous devez en avvertir votre chirurgien ou votre infirmier(ère) stomathérapeute.

La stomie peut quelquefois légèrement bouger lorsque vous la touchez.



Figure 4

## Tous nos conseils pour gérer votre urostomie au quotidien

### Recueil des urines dans la poche

Les urines sont recueillies dans une poche fixée par un adhésif (protecteur cutané) à votre abdomen (Figure 5).



Figure 5

La plupart des personnes portant une urostomie vident leur poche 6 à 10 fois par jour ou dès que celle-ci est remplie et atteint environ 300 ml.

Pour vidanger la poche, orienter le robinet vers le bas et relâcher progressivement la pression exercée sur le robinet pour effectuer la vidange. Une fois la poche vide, refermer le robinet à l'aide du bouchon.

Vous remarquerez sans doute du mucus dans vos urines. Ceci est dû au fait qu'une partie de l'urostomie est composée de l'intestin grêle qui, lui-même, produit du mucus. Tout cela est parfaitement normal et il n'y a aucune raison de vous inquiéter.

Vous changerez probablement votre poche et le support adhésif tous les 1 à 2 jours\*, selon les conseils de votre infirmier(ère) stomathérapeute.

Utilisez une poche dotée d'un support adhésif qui n'irrite pas la peau et recouverte d'un matériau doux (voile en non-tissé).

Votre infirmier(ère) stomathérapeute vous aidera à choisir la poche qui vous convient.

\* 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
  - Eosine
  - 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 urostomie

Il est recommandé de garder votre poche lors de la douche et surtout du bain puisque les émissions de votre stomie sont très fréquentes.

#### Si vous avez une urostomie directe (autre que Bricker)

Vous devez obligatoirement garder votre poche lors de votre douche ou de votre bain.

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 : | | | | | | | | | | | | | | | |

Email : \_\_\_\_\_

Type de stomie :  Colostomie  Urostomie  Iléostomie

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

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.