

La vie après une urostomie



Coloplast



Table des matières

Introduction	3
Fonction urinaire normale	4
Qu'est-ce qu'une urostomie ?	5-6
Après l'opération / systèmes collecteurs	7
Quel type de sac devrais-je choisir ?	8-9
Vidage du sac	10
Apprendre à prendre soin de votre stomie	11
Changer le système collecteur	12-15
Retour à la maison	16-19
Soins continus	20-21
Coloplast® Care	22

Introduction

L'histoire de Coloplast débute il y a plus de 50 ans alors qu'une infirmière, Elise Sørensen, a une idée toute simple dont les conséquences ont une portée considérable : le premier sac de stomie jetable doté d'un anneau adhésif. Avant les sacs jetables, les gens utilisaient des capsules métalliques ou de verre, des ceintures en tissu ou des sacs en caoutchouc. L'idée d'Elise allait donner à sa sœur, qui vivait avec une stomie, de même qu'à des milliers d'autres personnes comme elle à travers le monde, la chance de vivre à nouveau une vie normale.

Depuis, Coloplast a pris de l'expansion afin d'inclure les divisions de soins de la peau et des plaies, de continence et d'urologie. Bien que de nombreux changements se soient produits au fil des années, nous poursuivons nos opérations dans le même esprit qu'Elise et nos fondateurs : nous écoutons, nous apprenons et nous répondons. Notre mission consiste à simplifier la vie des personnes ayant des besoins de santé intimes. Cette brochure a été conçue à cette fin, de manière à répondre à certaines des questions les plus fréquemment posées à propos des soins de stomie.

S'habituer à la vie après une chirurgie de stomie peut représenter un défi. Chez Coloplast, nous aspirons à être une ressource précieuse pour vous, et nous vous offrirons le soutien et le matériel éducatif pour vous aider tout au long de votre cheminement.

Cette brochure constitue un excellent point de départ pour vous aider à traverser votre opération et à maintenir votre style de vie actuel. Il s'agit de directives générales destinées à vous aider à répondre aux questions les plus fréquentes. Ces renseignements ne visent pas à se substituer à des soins médicaux; consultez toujours votre médecin ou votre fournisseur de soins approprié.

Cordialement,

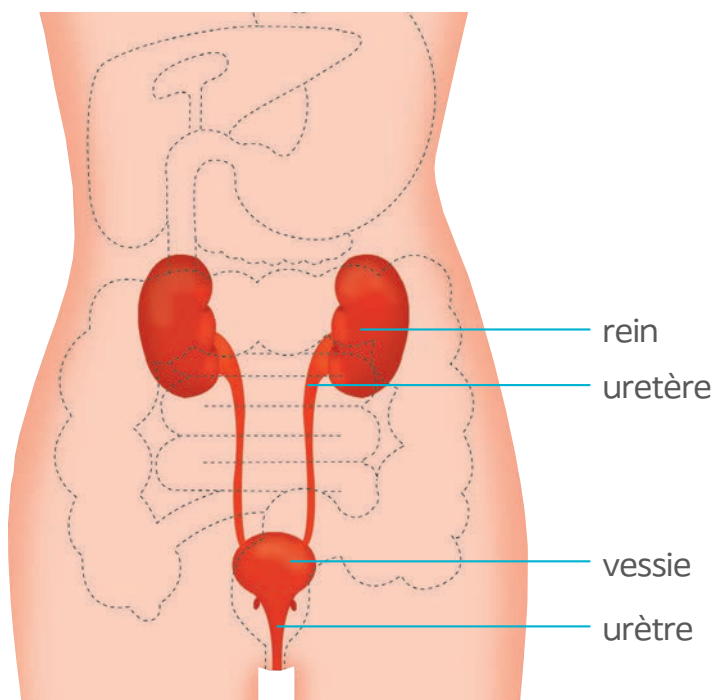
Coloplast Canada Corp.

Fonction urinaire normale

En observant la formation et le parcours de l'urine dans votre corps, vous comprendrez mieux les différentes implications de votre intervention chirurgicale.

L'urine est produite par les reins et se déverse dans la vessie par deux tubes appelés uretères. L'urine est accumulée dans la vessie avant de quitter le corps par l'urètre.

Si un problème survient dans la vessie, la modification du processus peut entraîner l'ablation de la vessie et l'obligation de créer un nouveau système pour permettre à l'urine de quitter le corps.



Qu'est-ce qu'une urostomie ?

Dans les urostomies les plus courantes, également appelées « conduit iléal », le chirurgien prélève 15 à 20 cm de l'intestin grêle (l'iléon) et en fait un conduit (ou pipeline) pour l'urine. Le reste de l'intestin grêle est reconnecté de manière à rétablir votre fonction intestinale comme elle était avant la chirurgie. Ce processus est un peu comme raccorder un boyau. Les uretères (tubes qui acheminent l'urine des reins à la vessie) sont retirés de la vessie et fixés à la portion d'iléon (intestin grêle) prélevée.

L'une des extrémités de l'iléon est refermée par suture et l'autre est amenée à la surface de l'abdomen (ventre) où elle sort du corps par une ouverture pratiquée pendant la chirurgie. La partie visible de votre intestin dans l'ouverture de l'abdomen s'appelle la **stomie**. La stomie devrait sortir de l'abdomen d'environ 2 à 4 cm. C'est par la stomie que l'urine s'écoulera dorénavant de votre corps.

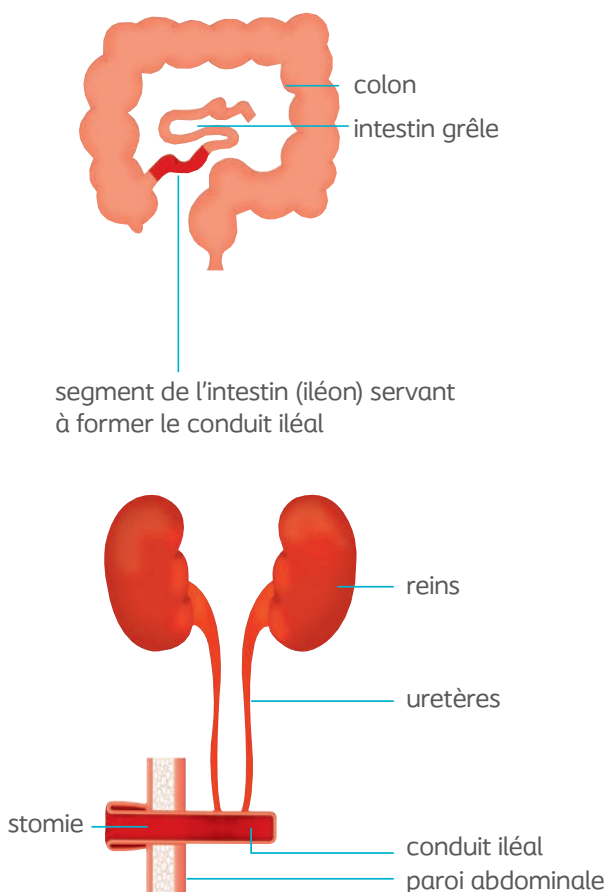
Une stomie saine est de couleur rouge ou rosée et humide. Comme il n'y a pas de terminaisons nerveuses au niveau de la stomie, le contact avec celle-ci ne cause aucune douleur. Il est normal que la stomie soit grosse et enflée après la chirurgie; elle diminuera de volume en quelques mois. Votre stomie bougera légèrement, un phénomène normal lorsque les selles progressent dans le côlon. Le mouvement des selles aide maintenant à l'écoulement de l'urine dans le sac fixé à votre abdomen.

Tout comme vos gencives peuvent saigner lorsque vous vous brossez les dents, votre stomie peut parfois saigner légèrement. Cependant, s'il y a du sang dans votre urine ou si vous saignez constamment, consultez votre médecin.

Qu'est-ce qu'une urostomie ? (suite)

L'écoulement de l'urine ne pourra plus être contrôlé, car la stomie ne contient aucun muscle. En général, l'urine s'écoule constamment parce que le conduit (ou pipeline) ne remplace pas la vessie et ne conserve pas l'urine. Un sac doit donc être porté en permanence pour collecter l'urine.

Une chirurgie d'urostomie est effectuée pour guérir ou atténuer les symptômes d'une maladie. Votre chirurgien ou votre infirmière ST vous expliquera le type d'intervention que vous avez subi ou que vous subirez.



Après l'opération

Lorsque vous vous réveillerez après l'intervention chirurgicale, vous porterez votre premier sac pour stomie. Le sac sera transparent afin que les médecins et les infirmières puissent observer votre nouvelle stomie.

Un tube intraveineux (i.v.) injectera un liquide dans vos veines. Vous pourriez également avoir un tube qui passe de votre nez jusque dans votre estomac pour s'assurer qu'il reste vide. Deux petits tubes (drains) sortant de votre stomie permettront de garder les uretères ouverts pour drainer l'urine. Ces drains peuvent être retirés avant de retourner à la maison ou au moment de votre première visite chez le médecin (après avoir quitté l'hôpital).

Au début, votre urine peut être un peu rouge ou rosée, mais elle devrait reprendre sa couleur normale (jaune clair). Il est parfaitement normal de trouver du mucus dans l'urine. La présence de ce mucus est causée par la muqueuse de l'intestin grêle, utilisé pour fabriquer le conduit iléal.

Durant les premiers jours, vous observerez une diète liquide. Les aliments solides seront graduellement intégrés à votre régime alimentaire avec le retour à la normale de votre fonction intestinale.

Comme l'urostomie est une opération majeure, il est normal que vous vous sentiez faible pendant un certain temps. Vous éprouverez peut être des douleurs à la suite de l'intervention, et votre médecin pourra vous prescrire des médicaments pour vous aider à vous sentir mieux.

Types de systèmes collecteurs

1-pièce



Protecteur cutané
et sac combinés

2 pièces couplage mécanique



Protecteur cutané
et sac séparés

2 pièces couplage adhésif



Protecteur cutané
et sac séparés



Quel type de sac devrais-je choisir ?

Après votre urostomie, vous devrez utiliser un sac dont la partie inférieure est équipée d'un bec verseur pour drainer l'urine. Différentes sortes de sacs existent et votre infirmière ST vous aidera à choisir celui qui vous convient le mieux. Les sacs sont à l'épreuve des odeurs et faits d'un film de polyuréthane beige ou transparent avec un revêtement en tissu. Ils se fixent à la peau grâce à un protecteur cutané adhésif (autocollant). Ils sont légers et non apparents sous les vêtements.

Les deux principaux types de sac sont :

- le système une pièce
- le système deux pièces

Le **système une pièce** est un système dans lequel le sac et le protecteur cutané ne font qu'un.

Dans le **système deux pièces**, le sac et le protecteur cutané sont deux éléments séparés (les deux pièces se fixent l'une à l'autre.) Avec un système deux pièces, vous avez l'option de changer de sac sans changer le protecteur cutané. Vous pouvez également retirer le sac pour le vider et le nettoyer.

Les deux systèmes sont conçus pour être doux pour la peau, légers, étanches et anti-odeur, offrant ainsi un système collecteur confortable et discret.

Votre infirmière ST peut vous aider à choisir le bon système et répondre à vos questions sur les soins de votre stomie (vous pouvez être sûr que vos questions et vos préoccupations ont déjà été soulevées par d'autres patients.)

Vidage du sac

Vous devriez vider le sac lorsqu'il est plein du tiers à la demie (ou au besoin ou au choix). Un sac plein peut être lourd et se décoller de la peau. De plus, il est plus difficile de vider un sac trop plein.

Il est facile de vider le sac si vous suivez les instructions suivantes :

- Asseyez-vous le plus loin possible vers l'arrière du siège de toilette et placez l'embouchure du sac entre vos jambes ou restez debout et penchez-vous au-dessus de la toilette pour vider le sac.
- Tenez le bec du sac vers le haut avant de l'ouvrir.
- Retirez le bouchon du bec du sac. Pincez le bec pour contrôler le débit. Dirigez le bec puis relâchez-le pour vider le contenu.
- Nettoyez le bec du sac avec du papier hygiénique avant de replacer le bouchon dans le bec.

Habituellement, la production d'urine durant la nuit est supérieure à ce que le sac peut contenir. Vous pouvez choisir de brancher votre sac à un sac collecteur de nuit ou mettre votre réveil pour vider le sac une fois la nuit. Si vous utilisez un sac collecteur de nuit, raccordez la tubulure de votre sac au sac collecteur et fixez-la à votre jambe avec un élastique pour cathéter ou faites-la passer dans une jambe de votre pyjama.

Nettoyez le sac collecteur de nuit chaque jour en le rinçant à l'eau tiède. Une fois par semaine, nettoyez le système collecteur à l'eau et au vinaigre blanc (une part de vinaigre blanc pour trois parts d'eau). Versez l'eau vinaigrée dans la tubulure jusque dans le sac. Laissez le liquide de rinçage dans le sac quelques minutes, puis videz le sac.

Apprendre à prendre soin de votre stomie



Votre infirmière ST vous montrera comment prendre soin de votre stomie et changer votre sac. Il est important de prendre bien soin de la peau autour de votre stomie (péristomiale). Si le protecteur cutané n'est pas bien fixé autour de la stomie ou si les selles s'infiltrèrent sous le protecteur cutané, la peau peut devenir rouge et irritée. La peau péristomiale peut également devenir rouge et irritée si le protecteur cutané est retiré trop rudement ou changé trop souvent, ou si des savons forts sont utilisés sur la peau.



Changer le système collecteur

La durée de vie d'un sac dépend de votre corps, de votre niveau d'activité, du débit urinaire et du type de sac porté. En règle générale, vous devez remplacer votre système collecteur environ deux fois par semaine, habituellement quand votre stomie est moins active. Planifiez un moment à intervalles réguliers pour changer votre sac. N'attendez pas qu'il fuit. Si vous ressentez des brûlements ou des démangeaisons sous votre sac ou votre protecteur cutané, vous devriez remplacer le système collecteur et examiner votre peau.

Pendant les premières quatre à six semaines après l'opération, vous devrez mesurer votre stomie une fois par semaine (puisque la taille de la stomie devrait diminuer après l'opération). Par la suite, mesurez votre stomie au moins une fois par mois afin de vous assurer d'un bon ajustement, ce qui empêchera l'urine d'irriter votre peau.

Comme l'urine s'écoule constamment de la stomie, vous devrez avoir sur la main une matière absorbante lorsque vous changerez de sac. Un chiffon, du papier de toilette ou de la gaze peut être utilisé pour absorber l'urine. Le meilleur moment pour changer votre sac est le matin, avant de boire.

Suivez ces étapes au moment de changer de sac :

Veillez vous référer à l'étiquetage du produit pour le mode d'emploi complet.

1. Assurez-vous d'avoir toutes les fournitures à portée de la main

- essuie-tout doux ou débarbouillette
- guide de mesure
- ciseaux
- eau chaude
- sac à ordures
- crayon marqueur
- nouveau sac et protecteur cutané
- accessoires (si recommandés)

2. Retirez délicatement le vieux protecteur cutané en procédant lentement de haut en bas. Appuyez sur la peau pendant que vous soulevez le protecteur cutané. Évitez d'arracher ou de déchirer le protecteur cutané puisque la peau peut devenir rouge ou sensible. Vous pouvez être en position debout ou assise pendant que vous remplacez votre sac. Vider le contenu dans la toilette avant de retirer le sac. Jetez ensuite le sac aux poubelles. Ne jetez pas le sac aux toilettes puisque cela pourrait bloquer la toilette.

Changer le système collecteur (suite)

3. **Lavez et rincez la stomie et la peau qui l'entoure, puis asséchez soigneusement.** Certains savons, lotions et crèmes ont tendance à laisser un film qui peut provoquer des rougeurs ou des irritations, ou empêcher le protecteur cutané de bien coller. Utilisez un savon doux sans glycérine, sans huile ni désodorisant. Ne vous inquiétez pas si la stomie saigne un peu – c'est normal. (C'est semblable au saignement de vos gencives lorsque vous brossez vos dents ou que vous passez la soie dentaire.)
4. **Surveillez votre peau afin d'identifier les rougeurs et les irritations.** Si vous avez des éruptions cutanées ou d'autres problèmes de peau, communiquez avec votre infirmière ST ou votre fournisseur de soins de santé.
5. **Mesurez la stomie.** Découpez le protecteur cutané afin de vous assurer que la peau à proximité de la stomie est couverte.
6. **Appliquez le nouveau protecteur cutané et le nouveau sac.** Assurez-vous que l'appareillage est bien fixé autour de la stomie. Essayez d'éviter les plis. Si votre stomie devient active pendant le changement de sac, essuyez l'urine avec un mouchoir. Assurez-vous que la peau est propre et sèche avant de mettre le protecteur cutané et le sac. (Conseil : Réchauffez le protecteur cutané entre vos mains pendant une minute ou deux, pour qu'il prenne la température de votre peau. Ceci permet de prolonger le temps de port.)
7. **Refermez le sac en vous assurant que le bec est bien fermé.**

Points importants

- Prévoyez changer votre sac le matin, avant que votre stomie devienne active.
- Vous pouvez aller sous la douche avec ou sans votre sac.
- Si vous prenez un bain chaud ou que vous allez dans un sauna, la chaleur risque de faire décoller le protecteur cutané. Vérifiez toujours votre protecteur cutané pour vous assurer qu'il est bien hermétique.
- Assurez-vous que la peau est propre et bien sèche avant d'appliquer le système collecteur.
- Réchauffer le protecteur cutané entre vos mains avant de l'appliquer sur votre peau.
- Appliquez une légère pression sur le protecteur cutané après l'application.



Retour à la maison

Voici quelques conseils utiles pour votre retour à la maison :

Obtention de fournitures

Lorsque vous quittez l'hôpital, votre infirmière ST vous dira où et comment vous procurer vos fournitures. Votre médecin rédigera une ordonnance à l'intention de votre fournisseur de produits pour stomie, ainsi qu'une liste des fournitures dont vous aurez besoin.

Prenez soin de ne pas exposer les sacs à la lumière directe du soleil ou près d'une source de chaleur, ce qui pourrait endommager le protecteur cutané qui permet de fixer le sac à votre peau. Si vous conservez les sacs à basse température, laissez le protecteur cutané revenir à la température de la pièce avant de l'utiliser.

Régime alimentaire

Adoptez un régime alimentaire équilibré comprenant vos mets favoris est important pour votre santé. Sachez que certains aliments peuvent accentuer l'odeur de l'urine, dont :

- les asperges
- le poisson
- les oignons
- l'ail

Vous pouvez quand même manger ces aliments, mais vous remarquerez alors que votre urine a une odeur inhabituelle

Vous devez boire au moins 8 verres d'eau par jour, sauf si vous devez limiter votre apport de liquide pour des raisons médicales. Buvez encore plus de liquide si vous faites de l'exercice ou si vous transpirez.

Infections urinaires (IU)

L'urostomie peut causer des infections urinaires. Les signes et symptômes d'une infection urinaire comprennent :

- augmentation de la quantité de mucus dans l'urine
- urine brouillée dégageant une forte odeur
- fièvre
- confusion
- perte d'appétit
- douleurs au dos
- nausée et vomissement
- sang dans l'urine

Si vous observez l'un de ces symptômes, contactez votre médecin.



Médication

Certains médicaments peuvent modifier la couleur et l'odeur de votre urine. Votre médecin ou votre pharmacien peut vous conseiller à ce sujet.

Retour à la maison (suite)

Bain et douche

Vous pouvez prendre un bain ou une douche avec ou sans votre sac. Si vous prenez une douche sans votre sac, choisissez un savon sans huile ni résidus. Ce type de savon ne nuira pas à l'adhérence de votre protecteur cutané.

Exercices et sports

L'exercice est bon pour tout le monde, y compris les personnes urostomisées. Dès que vous aurez repris vos forces, vous pourrez reprendre les activités que vous aviez avant l'opération. Consultez votre médecin avant de pratiquer des sports de contact. Des petits sacs spéciaux peuvent être utilisés pour la baignade et les sports, au choix.

Intimité

Parlez à votre chirurgien des effets que pourrait avoir la chirurgie sur votre fonction sexuelle. Votre stomie ne limite pas et n'empêche pas les relations sexuelles. L'intimité peut jouer un rôle important dans votre démarche pour reprendre la vie que vous meniez avant la chirurgie.

Note: il existe un choix de produits et d'accessoires spéciaux qui sont offerts pour les moments d'intimité.

Voyages

Vous ne devez pas limiter vos déplacements en raison de votre urostomie. N'oubliez pas d'amener une bonne provision de fournitures pour le voyage afin d'être sûr d'en avoir suffisamment pour toute la durée du séjour. Conservez vos fournitures de manière à pouvoir y accéder facilement. Si vous prenez l'avion, amenez des fournitures dans un sac à main au cas où vous seriez séparé de vos bagages enregistrés.

Liste de contrôle

- ☐ Sacs
- ☐ Protecteur cutané (si vous utilisez un système deux pièces)
- ☐ Essuie-tout doux
- ☐ Lingettes, pâte, poudre et autres accessoires
- ☐ Ciseaux (pour système à découper)
- ☐ Guide pour stomie
- ☐ Sac de plastique (pour jeter le sac, au besoin)



Soins continus

Après l'opération, il est important que vous soyez capable de jouir de la vie le plus rapidement possible. Votre médecin ou votre infirmière ST est là pour vous aider et pour répondre à vos questions et préoccupations. Des organismes ont également été créés pour vous fournir de l'information et du soutien, ainsi qu'aux membres de votre famille. Demandez plus d'information à votre infirmière ST sur ces groupes dans votre région.

À remplir par l'infirmière ST :

Infirmière ST : _____

Téléphone : _____

Chirurgien : _____

Nom du patient : _____

Type de stomie : _____

Date de la chirurgie : _____

Taille de la stomie : _____

Produits de stomie Coloplast remis lors de l'obtention du congé :

Code de produit	Description

Cette information doit être utilisée pour obtenir des produits de votre fournisseur :

Fournisseur de produits pour stomies: _____

N° de téléphone: _____

Adresse: _____

Conseiller au service à la clientèle Coloplast 1-866-293-6349

Notes:

Coloplast® Care peut vous aider à faire plus de choses que vous aimez



La vie avec une stomie peut parfois poser des défis. Obtenez des conseils utiles et du soutien pour vivre avec une stomie.

Coloplast Care vous offre un soutien personnalisé qui vise à poursuivre l'aide et l'enseignement que vous recevez de votre fournisseur de soins de santé. Recevez des renseignements et un soutien inspirants et pertinents, afin que vous puissiez faire plus de choses que vous aimez. Care est offert lorsque vous en avez besoin, par l'entremise de nos articles éducatifs publiés en ligne, ou par téléphone, par l'intermédiaire de votre conseiller Care dévoué.

Avec Care, vous obtiendrez :

Soutien téléphonique

Des conseillers Care dévoués prêts à répondre à vos questions lors d'appels entrants ou planifiés

Soutien par courriel

Informations pertinentes et inspiration, directement dans votre courriel

Orientation produit

Accéder à des **échantillons de produit** sur demande, ou à de l'aide pour **trouver un détaillant** ou obtenir un **remboursement**

Il est facile de s'inscrire à Care



En ligne au www.coloplast.ca/careform



Appelez-nous au **1-866-293-6349**

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.

Coloplast développe des produits et services qui simplifient la vie de personnes aux prises avec des problèmes médicaux intimes et très personnels. Travaillant en étroite collaboration avec les gens qui utilisent nos produits, nous créons des solutions qui répondent à leurs besoins particuliers. C'est ce que nous appelons les soins de santé intimes.

Nos affaires incluent les soins de stomie, les soins de continence, les soins de la peau et des plaies et les soins d'urologie. Nous œuvrons dans le monde entier et employons plus de 10 000 personnes.

Ostomy Care / Continence Care / Wound & Skin Care / Urology Care

Coloplast Canada Corporation, Oakville, ON

www.coloplast.ca Le logo Coloplast est une marque déposée de Coloplast A/S.

© 2017-02 Tous droits réservés, Coloplast A/S



F0152N