

En guide til en sund hud omkring stomien

Dit stomiprodukt er designet til at beskytte din hud imod afføring eller urin fra stomien. Klæberen på dit stomiprodukt klæber bedst på sund, ren og tør hud. Og det reducerer risikoen for utæthed, hvilket er en af de primære årsager til irriteret hud.

Pleje af din hud handler ofte om at sikre, at du sætter dit stomiprodukt korrekt på, tager det korrekt af og skifter det med den rette frekvens. Hvor længe der går mellem skiftene varierer fra person til person.

Hvis du bruger vejledningen 'Sæt på, tag af, tjek', som er beskrevet herunder, hjælper den dig med at sikre, at din skifterutine er korrekt.

Sæt på

Når huden er ren og tør, hjælper det med at holde dit stomiprodukt sikkert på plads, så du er beskyttet mod utæthed og hudirritation. Hullet i klæberen er korrekt tilpasset, når du kan se 1-2 mm maveskind mellem kanten på stomiklæberen og stomien. Stomitolbehørsprodukter, såsom en tætningsring eller pasta, kan hjælpe med til at få en tæt forsegling mellem hud og klæber.

Tag af

Stomiproduktet skal tages blidt af for at beskytte huden omkring stomien.

Træk ned i aftagningsøret for at løsne klæberen fra huden. Tag klæberen af ved stille og roligt at rulle den nedad. Læg et let pres på din hud med din anden hånd imens. Hvis du føler ubehag eller kløe, skal du altid skifte stomiproduktet, selv om det ligger uden for din daglige rutine.

Tjek

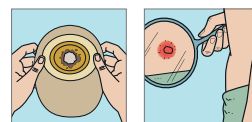
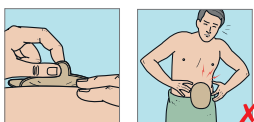
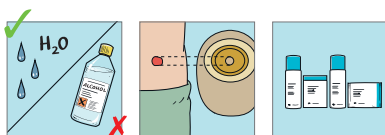
Du skal tjekke to ting ved aftagning af din klæber.

- 1) Bagsiden af klæberen
- 2) Huden omkring stomien

Du skal tjekke klæberen med det samme, men du bør vente et par minutter med at undersøge den hud, klæberen har dækket. Hvis det er nødvendigt, kan du bruge et spejl til at tjekke din hud.

Hvis du oplever et eller flere af følgende tegn, kan det være, fordi du skal skifte dit stomiprodukt oftere eller anvende et andet stomiprodukt.

- Klæberen er opløst
- Afføring på klæberen eller din hud
- Irriteret eller misfarvet hud omkring din stomi



 Læs altid de vedlagte anvisninger før brug.



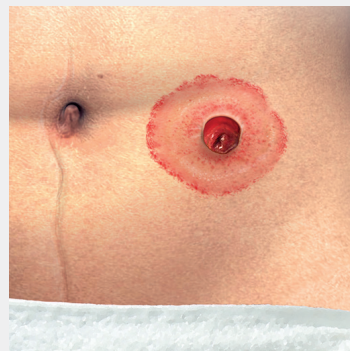
Hvordan ser sund hud ud?

Sund hud omkring din stomi ser ud som huden på resten af din mave.

Vidste du, at...

Irriteret hud bliver ofte forvekslet med allergi, hvilket kun forekommer meget sjældent?

Hvis du får en allergisk reaktion, bliver hele området, der har været i kontakt med klæberen, irriteret og misfarvet, og det føles muligvis også stikkende, kløende eller brændende.

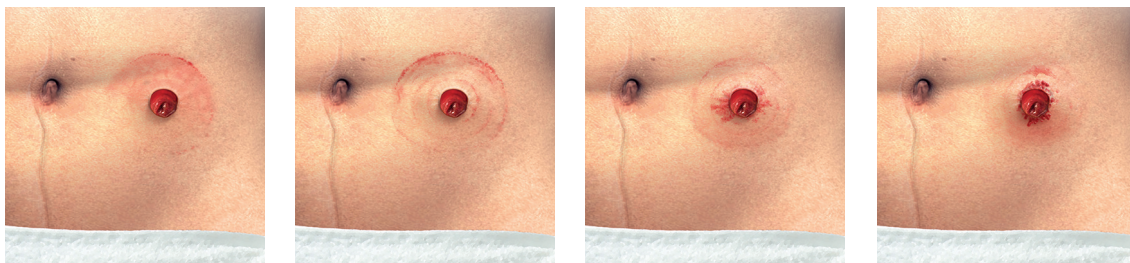


Sådan forhindrer og behandler man hudirritation

Hudirritation er et almindeligt problem hos stomiopererede. Hvis du opdager forandringer i udseendet eller farven på huden omkring din stomi – sammenlignet med huden på resten af din mave – er din hud formentlig irriteret.

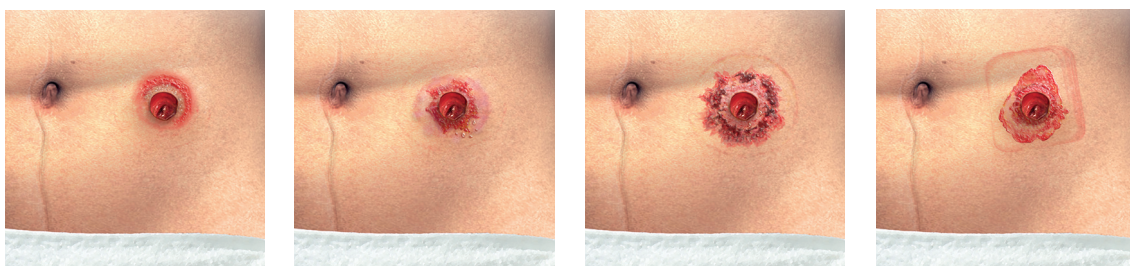
Denne guide er designet til at hjælpe dig med at vurdere din hud, så du kan håndtere mild hudirritation og forstå, hvornår du skal kontakte din stomisygeplejerske eller læge i tilfælde af mere alvorlig hudirritation.

Eksempler på mild hudirritation



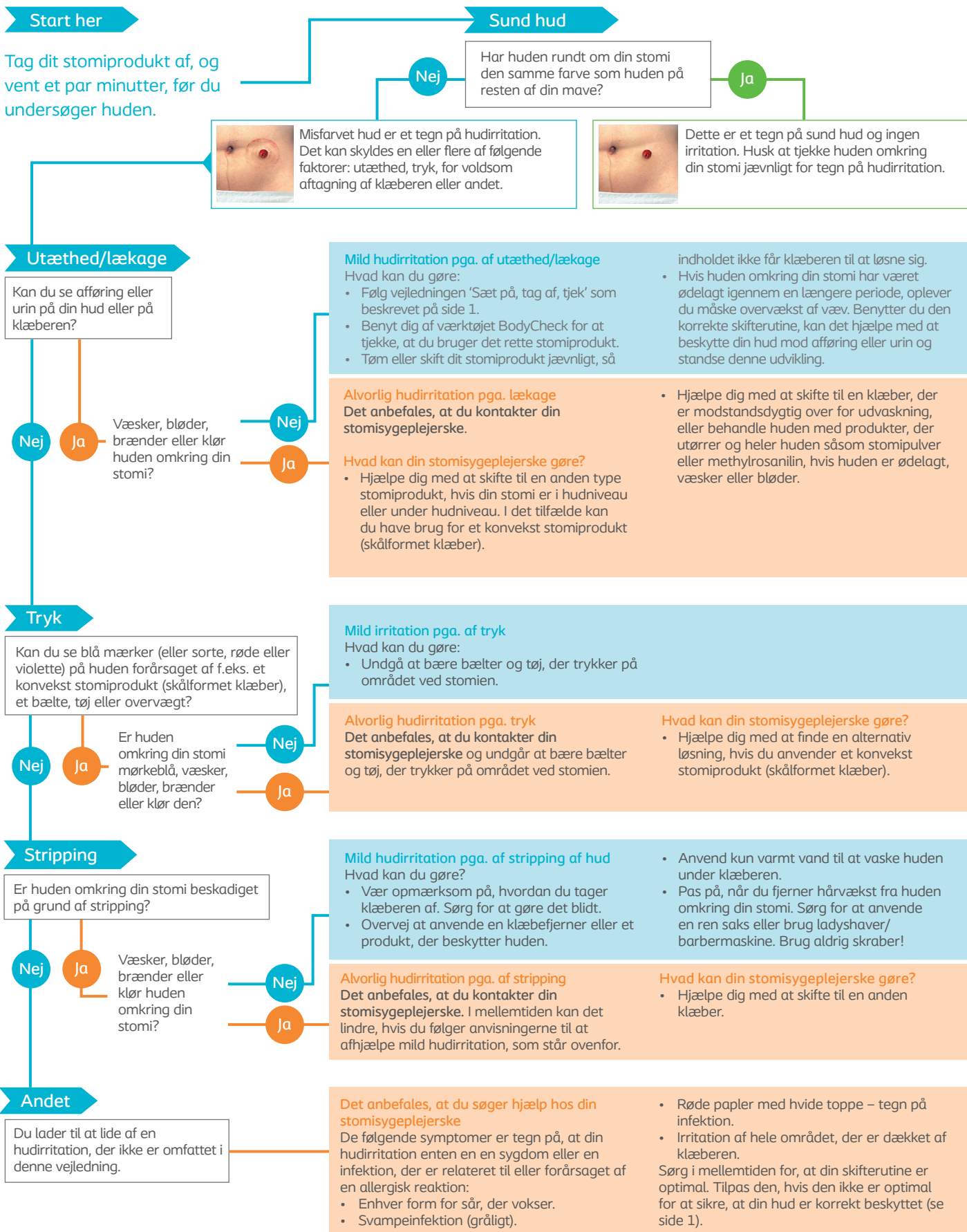
Illustrationerne viser fire varianter af mild hudirritation. Normalt kan du selv håndtere mild hudirritation (se næste side).

Eksempler på alvorlig hudirritation



Illustrationerne viser fire variationer af alvorlig hudirritation. Symptomerne er mørke, blå/violette mærker, grædende, blødende, brændende eller kløende hud rundt om stomien. For at løse det er der behov for hjælp fra en stomisygeplejerske (se næste side)

Tjek din hud omkring stomien for irritation



OBS!

Kontakt din stomisyegeplejerske, hvis din hud ikke bedres i løbet af 7 dage efter, du har fulgt disse råd.

Tip: Hvis du tager billeder af området omkring din stomi kan det hjælpe dig med at følge med i, om dit hudproblem forbedres.

Yderligere hjælp: Kontakt din stomisyegeplejerske eller Coloplast Kundeservice på 49 11 12 13, hvis du har spørgsmål om brugen af denne vejledning eller din skifterutine.

