

Hvordan bevare huden sunn rundt stomien



Stomiestyret er designet for å beskytte huden mot lekkasjer (avføring eller urin). Hudplaten fester seg best til sunn, ren og tørr hud. Dette reduserer risikoen for lekkasje, som er en av hovedårsakene til hudirritasjon.

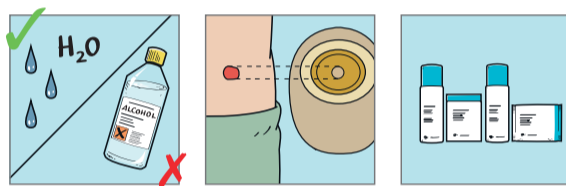
Å holde huden sunn handler ofte bare om å være nøye med å påføre og fjerne hudplaten riktig. Hvor ofte man skifter plate, vil variere fra person til person.

Bruk påføring og fjerningsanvisningen beskrevet her for å være sikker på at du har riktig rutine:

PÅFØRING >

Påføring på ren og tørr hud sikrer at platen fester ordentlig og beskytter stomien mot lekkasjer og hudirritasjon.

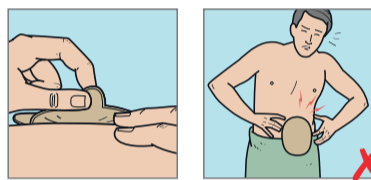
Hudplaten skal sitte tett inntil stomien. Beskyttende tetningsring eller pasta kan hjelpe deg med tilpasningen.



FJERNING >

Hudplaten må fjernes forsiktig for å beskytte huden rundt stomien.

Benytt fjerningsfliken for å løsne platen fra huden. Bruk en fuktig kompress eller kleberfjerner spray for å løsne platen. Dra deretter platen forsiktig nedover. Press huden forsiktig med den andre hånden. Uansett hvilken rutine du har for stomiskift, må du fjerne hudplaten hvis du kjenner kløe eller svie.

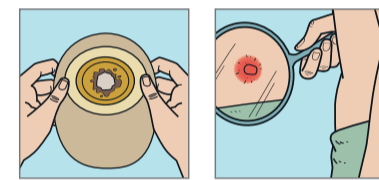


SJEKK >

Du kan sjekke platen din med en gang, men du bør vente noen minutter før du undersøker huden under.

Bruk et speil om nødvendig. Hvis du har et eller flere av disse tegnene, bør platen skiftes oftere eller til en annen type.

- Erosjon av platen
- Lekkasje på platen eller huden
- Irritert eller misfarget hud



Før bruk; les alltid bruksanvisningen som følger med i produktet.

Hva kjennetegner sunn hud?

Huden rundt stomien skal se ut som huden ellers på magen.



Visste du at...

Hudirritasjon ofte blir forvekslet med allergi, som forekommer sjelden.

Dersom du har en allergisk reaksjon vil hele området som har vært i kontakt med platen bli irritert og misfarget, sannsynligvis etterfulgt av en stikkende, brennende og kløende følelse.

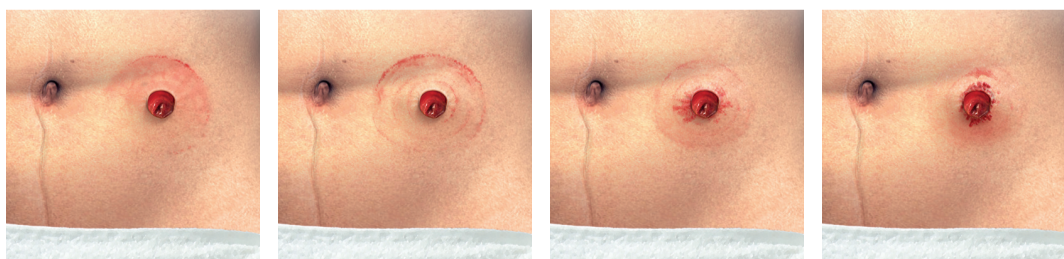


Forebygging og behandling av hudirritasjon:

Hudirritasjon er et vanlig problem for stomi-opererte. Et tegn er at huden rundt stomien endrer seg i struktur eller farge og ser annerledes ut enn resten av huden på magen.

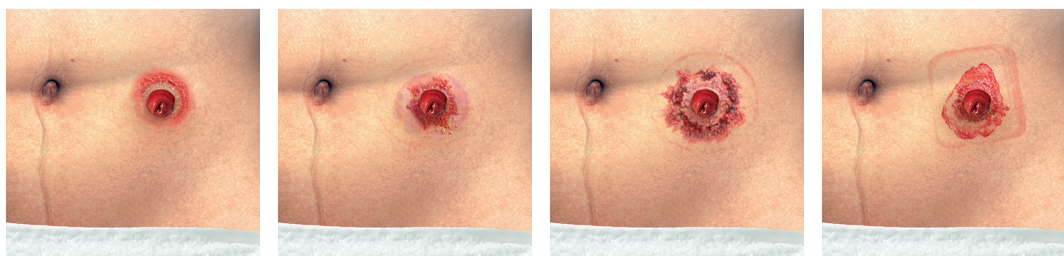
Denne guiden er laget for at du skal kunne ta vare på huden din, og selv håndtere mild hudirritasjon samt å vite når du bør oppsøke hjelp fra helsepersonell ved mer alvorlige irritasjoner.

Eksempler på milde hudirritasjoner:



Bildet viser fire varianter av mild hudirritasjon. Dette kan du vanligvis løse selv.

Eksempler på alvorlig hudirritasjon:



Bildet viser fire typer av alvorlige hudirritasjoner. Symptomene er mørkeblå/lilla merker, væskende, blødende eller kløende hud rundt stomien. For å løse dette må du ha hjelp av helsepersonell (se neste side).

Den beste måten å forebygge hudirritasjon rundt stomien er å sjekke huden rundt stomien jevnlig for å sikre at du gjør stomistellet riktig og ofte nok.



Undersøk huden rundt stomien for å oppdage mulig irritasjon

Fjern hudplaten og vent noen minutter før du kontrollerer huden.

FRISK HUD

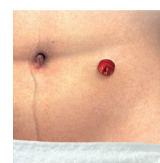
Nei

Har huden her den samme fargen som huden på maven for øvrig?

Ja



Misfarging kan være tegn på hudirritasjon. Dette kan ha flere årsaker; f.eks lekkasje, press, gnisninger, rask avriving av plate eller annet.



Dette tyder på sunn hud uten tegn til irritasjon. Husk å sjekke området regelmessig.

LEKKASJE >

Kan du se spor av urin eller avføring på hudplaten?

Nei

Ja

Er huden rundt stomien fuktig, blødende, brennende eller kløende?

Mild hudirritasjon forårsaket av lekkasje

Hva du kan gjøre:

- Følg bruksanvisningen for påføring og fjerning.
- Gå igjennom kroppssjekk linken for å se om du bruker det riktige utstyret. Vær nøye med å skifte eller tømme posen ofte slik at ikke innholdet forårsaker at platen løsner.

- Hvis huden rundt stomien har vært kadet over en lengre periode kan det oppstå hypergranulering.
- Bedre rutiner for skifte av platen beskytter huden og kan stoppe hypergranulering.

Alvorlig hudirritasjon forårsaket av lekkasje

Her er det anbefalt at du oppsøker helsepersonell.

Det kan også hjelpe å følge de samme retningslinjene som for mild hudirritasjon.

Hva kan helsepersonell hjelpe deg med:

- Hjelp deg å velge et annet produkt dersom stomien er i eller under hudnivå - her kan det hende at et

- Convex-produkt er å anbefale.
- Hjelp deg med å bytte til en plate som er mer motstandsdyktig mot å gå i oppløsning. Prøve ut spesialprodukter som helbreder huden; som Aloe Vera gel over 90 % eller sårpulver, eller å foreskrive krystallfiolett dersom huden er sprukket eller blør.
- Gi råd ved problemer med hypergranulering.

PRESS >

Kan du se røde, lilla eller svarte pressmerker på huden rundt stomien som skyldes convex-plate, beltebruk eller overvekt?

Nei

Ja

Er huden rundt stomien mørkeblå, fuktig, brennende eller kløende?

Mild hudirritasjon forårsaket av trykk

Hva du kan gjøre:

- Unngå bruk av belter eller klær som legger press på stomiområdet.

Alvorlig hudirritasjon som skyldes trykk

Vi anbefaler at du oppsøker helsepersonell som kan hjelpe deg med å finne en alternativ løsning dersom du bruker et convex produkt.

Hva kan helsepersonell gjøre:

- Hjelp deg å finne en alternativ løsning hvis du bruker et konveksformet produkt.

GNISNINGER / AVRIVING >

Har huden rundt stomien blitt revet av?

Nei

Ja

Er huden rundt stomien væskende, blødende, brennende eller kløende?

Mild hud irritasjon som skyldes friksjon

Hva du bør gjøre:

- Være oppmerksom på hvordan du fjerner hudplaten - den skal tas forsiktig av.
- Vurder om du bør bruke produkter for å beskytte huden.

- Bruk kun varmt vann for å vaske stomiområde.
- Vær varsom ved hårfjerning rundt stomien. Bruk en ren og skarp høvel ved barbering.

Alvorlig hudirritasjon forårsaket av gnisning/avriving

Det anbefales at du oppsøker helsepersonell.

I mellomtiden kan du følge de samme retningslinjene som for mild hudirritasjon.

Dette kan helsepersonell hjelpe deg med:

- Hjelp til å bytte til en annen platetype som er mindre klebrig.
- Hjelp til å tilpasse hudplaten hull.

ANDRE >

Du har en hudirritasjon som ikke er beskrevet her.

Her er det anbefalt at du oppsøker helsepersonell

Følgende symptomer kan tyde på at hudirritasjonen er sykdom, infeksjonsrelatert eller skyldes en allergisk reaksjon:

- Enhver form for sår eller sårgranulering
- Soppinfeksjon (grålig)

- Røde knuter med hvit topp
- Hele område under platen er irritert

I mellomtiden, sørg for at du følger riktig rutine for påføring.

Vær oppmerksom på:

Dersom huden din ikke forbedres etter 7-14 dager, oppsøk helsepersonell.

Tips: Å ta bilder av stomiområdet kan hjelpe deg med å se om irritasjonen forbedres.

For mer hjelp: Dersom du har flere spørsmål angående bruk av denne guiden eller påføringsrutiner, kontakt helsepersonell eller Coloplast Assistanse på

22 57 50 00