



Stoma
Skin
Soul

Tips og råd om ileostomi

Shelley, stomioperert etter
ulcerøs kolitt

Innledning

Tips og råd om ileostomi

En stomioperasjon kan være en overveldende og emosjonell opplevelse, og det kan være vanskelig å vite hva man skal spørre om, og hvordan man skal forberede seg.

I dette heftet tar vi for oss bekymringer og spørsmål rundt det å ha en stomi. Vi har inkludert generell informasjon og råd om livet med stomi for å støtte overgangen fra tiden før operasjonen til du kommer hjem etter operasjonen.

«Etter at jeg fikk fjernet tykktarmen, har livskvaliteten min i forbindelse med tarmen blitt mye bedre. Det har åpenbart ført til at jeg føler meg mer selvsikker og har overskudd til å være en bedre mor, i tillegg til å være en talsperson for pasienter og forhåpentligvis en inspirasjon for andre med stomi. Grunnlaget for dette er overlevelse. Jeg tror jeg måtte overleve for å komme meg gjennom alle disse andre tingene som nå gjør meg til den jeg er.»

Shelley, stomioperert etter ulcerøs kolitt

All informasjon i denne brosjyren er kun ment som generell informasjon og er ikke ment som medisinske råd. Vennligst se vår hjemmeside for sist oppdaterte informasjon, ettersom veiledninger kan og vil bli oppdatert. Følg alltid produktinstruksjonene for bruk, og konferer med helsepersonell dersom du skulle ha ytterligere spørsmål.

Innhold

Generell informasjon om stomien og operasjonen	4
Hva er ileostomi (stomi)?	4
Fordøyelsessystemet	4
Hvorfor skal du få en ileostomi?	5
Hvordan lages stomien?	5
Hvordan vil stomien se ut og føles?	5
Hvor plasseres stomien?	6
På sykehuset – de første dagene etter operasjonen	8
Å våkne opp med en stomi	8
Hvordan fungerer stomien?	8
Stell av stomi og hud	9
Posesystemer	9
Bytte av pose	11
Slik bytter du pose	11
Kasting av produkter	12
Fjerning av hår rundt stomien	12
Når du kommer hjem – livet med stomi	13
De første dagene og ukene etter operasjonen	13
Fantomrektum	13
Kosthold	14
Reise	18
Trening og fysisk aktivitet	21
Tilbake på jobb	23
Følelser og seksualitet	24
Nyttige råd og linker	25
Medisiner	25

Generell informasjon

Om stomien

Hva er ileostomi (stomi)?

En stomi er en åpning i mage-tarm-kanalen eller i urinveiene, som lages ved en operasjon.¹

Stomier kan være midlertidige eller permanente, avhengig av årsaken til stomioperasjonen.

Det finnes tre typer stomier, og den typen du skal ha, kalles ileostomi. En ileostomi lages fra tynntarmen.

Formålet er å la avføring passere gjennom en åpning på magen i stedet for på den vanlige måten gjennom rektum.

For å forstå hvordan ileostomien ser ut og fungerer, kan det hjelpe å forstå hvordan fordøyelsessystemet vanligvis fungerer.



Fordøyelsessystemet

Fordøyelsessystemet

Fordøyelsessystemet – også kalt mage-tarm-kanalen – er den delen av kroppen som fordøyer mat og produserer avføring.

Fordøyelsessystemet er vitalt for å holde seg frisk. Mat som svelges gjennom munnen, kommer ned i magesekken, hvor den blir eltet og blandet med magesaften. Den skyves inn i tynntarmen, hvor kroppen begynner å fordøye og absorbere næringsstoffene den trenger. Avføringen fra denne prosessen beveger seg videre til tykktarmen, hvor væske absorberes, slik at avføringen blir fast før du kvitter deg med den gjennom rektum. En ileostomi er en stomi som dannes fra tynntarmen. Den har tyntflytende avføring, siden den ikke har vært gjennom tykktarmen, hvor væsken absorberes. En stomi i tykktarmen (kolostomi) befinner seg i de senere stadiene av absorpsjon og avgir fast avføring.²



Ileostomi

Generell informasjon

Å ha ileostomi

Hvorfor skal du få en ileostomi?

Det er mange forskjellige sykdommer og tilstander som fører til en ileostomioperasjon. Noen av problemene som fører til denne typen operasjon, kan være:

- Ulcerøs kolitt
- Crohns sykdom
- Familiær adenomatøs polypose
- Traume/perforering
- Kreft

Legen og stomisykepleieren har beskrevet og diskutert årsaken til operasjonen og hvorfor du trenger en stomi.

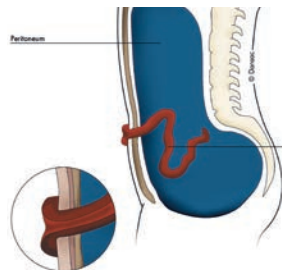
Hvordan lages stomien?

En ileostomi lages fra tynntarmen. Tarmen bringes gjennom bukveggen, vrenses og sys fast i huden.³

Hvordan vil stomien se ut og føles?

Stomien er rød og fuktig. Fargen og konsistensen minner om innsiden av munnen. Den kan stikke ut et par centimeter, men kan også være i flukt med huden. Stomien kan være ganske hoven rett etter operasjonen, men vil vanligvis krympe i løpet av de første seks til åtte ukene etter operasjonen. Merk at alle stomier er forskjellige.³

Det er ingen nerveender i stomien, så med liten eller ingen følelse gjør det ikke vondt å berøre stomien, men med mange små blodårer kan den lett blø hvis den støter borti noe eller berøres (for eksempel ved vask). Dette er helt normalt.³



En stomi sett fra siden



Stomi etter operasjon

Generell informasjon

Hvor plasseres stomien?

Det er en stor fordel hvis stomien er riktig plassert, siden det forbedrer komforten og tilpassingen av stomiposesystemet, og bidrar til at du kan bruke de vanlige klærne og gjenoppta de vanlige aktivitetene dine etter operasjonen.⁴

Stomisykepleieren vil vanligvis velge stedet sammen med deg før operasjonen. Stomistedet bør helst markeres i et område uten hudfolder eller arr, slik at posen får best mulig feste og risikoen for lekkasje reduseres. Etter å ha sjekket magen din når du står, sitter og ligger, markerer stomisykepleieren det beste stedet.

Stomiplassering dreier seg om å finne det riktige stedet på magen å plassere stomien og merke dette, slik at kirurgen kan se det under operasjonen.

Du får kanskje mulighet til å se en kunstig stomi, øve på å sette på en pose og lære hvordan du åpner og lukker posen.





«Min personlige erfaring er at det å ha stomi, helt fra starten av ikke har påvirket kroppsbildet mitt i det hele tatt. Jeg tror det faktisk har styrket meg, siden jeg endelig fikk kontroll over avføringen min, og jeg hadde selv tatt beslutningen. Det føltes som om kroppen var min igjen, og jeg følte meg utrolig selvsikker.»

Føl deg vel
med deg selv

**Shelley, stomioperert etter
ulcerøs kolitt**

På sykehuset

De første dagene etter operasjonen

Å våkne opp med en stomi

Når du våkner opp etter operasjonen, kan stomien være hoven, og du har kanskje en pose som lar medisinsk personell inspisere stomien etter operasjonen.

Du kan også ha annet utstyr som dren, infusjoner og et urinkateter.

I første omgang kan du føle deg sliten og emosjonell. Dette er helt normalt, siden det kan ta sin tid å komme seg etter en operasjon.

Senere, når stomien fungerer og som en forberedelse før du sendes hjem, vil stomisykepleieren hjelpe deg med å velge og tilpasse det best egnede posesystemet for dine behov.

Hvordan fungerer stomien?

Avføringen i tynntarmen er vanligvis flytende. Tykktarmens funksjon er å absorbere denne væsken for å gjøre avføringen fastere. Når tykktarmen er fjernet eller koblet fra, skjer ikke dette, og avføringen fra ileostomien vil derfor fortsatt inneholde væske.

Avhengig av hva du spiser og drikker, kan avføringen variere mellom å være tyntflytende eller å ha en tykk, grøtaktig konsistens. Luft vil også komme inn i posen.

Du opplever kanskje at ileostomien avgir avføring noen timer etter hvert måltid og kanskje i løpet av natten. Hvis du bruker en tømbar stomipose, kan du tømme den jevnlig. Det er viktig at du ikke lar posen bli for full.



Husk, det er ingen dumme spørsmål.



Noter ting i en notisbok.

På sykehuset

Stomistell

Stell av stomi og hud

Huden rundt ileostomien, der stomiposen festes, kalles det peristomale området. Delen av posen med lim, kalles hudplaten og er designet for å beskytte den peristomale huden mot de skadelige effektene av stomiens avføring.

Avføring fra ileostomien inneholder fordøyelsesenzymer som skader peristomal hud.

Hvis den peristomale huden klør eller blir ubehagelig, rød eller øm, kan dette tyde på at det har lekket avføring fra stomien ut på huden. Hvis dette skjer, skal du kontakte stomisyepleieren for å sikre best mulig tilpassing, slik at du unngår lekkasje under hudplaten. Hvis du har en lekkasje, anbefales det at du fjerner posen, rengjør og tørker den peristomale huden og setter på en ny pose. Du må kanskje kontrollere at hudplaten sitter godt, eller kontakte stomisyepleieren hvis problemet vedvarer.⁵

Posesystemer

Det er to systemer å velge mellom: et endels system og et todelt system.

Et endels system består av en pose med en integrert hudplate.

Et todelt system består av en pose og en separat hudplate som festes forsvarlig med en koblingsring



Husk, stomien din er unik.

Tips og råd for den første tiden



- Bruk tørre kompresser eller papirhåndkle til å tørke huden.
- Mange stomier er ikke runde – forsikre deg derfor om at hudplaten passer best mulig.
- Den enkleste måten å måle stomien på er ved å bruke hudplatens dekkpapir som mal. Det kan være lurt å stå foran speilet når du gjør dette.
- I løpet av de første tre månedene kan det være lurt å sjekke størrelsen på stomien ukentlig, siden den kan endre seg.
- Vær forsiktig når du påfører krem på den peristomale huden. Hudkremer er ofte fete og kan hindre hudplaten i å feste seg på huden.
- En utbuling rundt stomien kan indikere brokk; kontakt stomisyepleieren for råd.
- En prolaps er et økt fremspring eller en forlengelse av stomien; kontakt stomisyepleieren for råd.
- Hvis posen lekker, bytt den!
- Det er viktig å være forberedt og ha alt utstyret du trenger for hånden, før du starter stomistellet.
- Når du vil prøve en ny krem, gel eller våtserviett under hudplaten, bør du først prøve den på en liten del av den peristomale huden. Hvis du da får en allergisk reaksjon, vil det ikke påvirke hele området.

Før bruk må du lese bruksanvisningen for informasjon om bruk, kontraindikasjoner, advarsler, forholdsregler og instruksjoner. (Se siste side i denne brosjyren.)

På sykehuset

Bytte av pose

Bytte av pose

Du trenger:

- avfallspose
- tørre kompresser til vasking og tørking
- varmt vann til vask
- ny pose og/eller hudplate
- saks for å klippe til hudplaten (om nødvendig)
- eventuelt tilbehør du måtte bruke



Slik bytter du pose

- Fest klærne så de ikke er i veien (klesklyper og sikkerhetsnåler kan være til god hjelp).
- Tøm stomiposen
- Fukt noen tørre kompresser for å hjelpe til med å løsne hudplaten.
- Fjern den brukte stomiposen forsiktig, ovenfra og ned, mens du støtter huden med de fuktige kompressene.
- Plasser den brukte posen i avfallsposen, og knyt den sammen før du legger den i søppelbøtta.
- Vask stomien og huden rundt med de fuktete kompressene eller papir. Ikke bekymre deg hvis du legger merke til litt blod, dette er helt normalt.
- Tørk huden grundig.
- Ikke påfør noe på huden med mindre det er anbefalt av stomisykepleieren eller annet helsepersonell.
- Husk å fjerne dekkpapiret på den nye hudplaten før du setter den på.
- Plasser hudplaten over stomien. Press forsiktig og jevn ut med fingrene fra midten og ut mot kanten.



Når du vasker den peristomale huden, anbefales det ikke å bruke våtservietter, desinfeksjonsmiddel eller antiseptiske væsker – de kan gi hudreaksjoner rundt stomien.



Ha alltid med deg ekstra stomiutstyr når du drar hjemmefra.

På sykehuset / når du kommer hjem

Kasting av produkter

Kasting av produkter

Når det er mulig, er det god praksis å tømme stomiposen og legge den i en avfallspose. Knyt en knute på den før du legger den i søppelbøtta.

Når du ikke er hjemme, kan det være lurt å pakke den brukte stomiposen ekstra godt inn før du legger den i en egnet søppelbøtte.



Fjerning av hår rundt stomien

Enkelte finner det nødvendig å fjerne hår fra huden rundt stomien. Den beste måte å gjøre dette på er enten ved å barbere eller ved å klippe lange hår med saks. Våtbarbering av området med en ren engangshøvel anbefales.

Barber forsiktig og omhyggelig med hårene. Ikke del barberhøvel eller barbermaskin med andre. Ikke bruk hårfjerningskrem eller -gel.⁶



Bleieposer fungerer bra som avfallsposer for brukte stomiposer.

Når du kommer hjem

Livet med stomi

De første dagene og ukene etter operasjonen

Det tar tid å venne seg til å stelle stomien, men etter hvert som du heles og får tilbake kreftene, blir det lettere, og du vil gradvis bli mer vant med stomistellet.

De første to til fire ukene etter at du kommer hjem, kan den daglige rutinen ta lengre tid. Når du blir mer vant med stomistellet, kommer du inn i en rutine, og bytte av pose bør ikke ta mer enn et par minutter mer enn et vanlig toalettbesøk.

Magen kan være hoven og øm etter operasjonen, så bruk behagelige klær.

Prøv å bevege deg jevnlig. Hvis du reiser deg opp og går rundt i huset eller hagen, hjelper det på blodomløpet og reduserer opphovning og ubehag i bekkenområdet og bena. Brokkdannelse kan være en risiko den første tiden etter operasjonen. Annen støttelitteratur er tilgjengelig – spør stomisykepleieren om råd.

Det anbefales ofte ikke å kjøre bil de første ukene etter operasjonen. Rådfør deg med stomisykepleieren. Det kan være lurt å kontakte forsikringsselskapet for å høre om de har noen retningslinjer for bilkjøring etter magekirurgi.

Fantomrektum

Det er ikke uvanlig å føle at du ønsker å åpne endetarmen på normal måte hvis anus er lukket. Dette kan skje fra tid til annen.

Noen ganger hjelper det bare å sitte på toalettet for at denne følelsen skal gå over.⁷



- Husk å fornye skiftesettet med ekstra stomiutstyr jevnlig.
- Hvis du merker at du er sliten på ettermiddagen, er det greit å hvile litt i sengen.

Når du kommer hjem

Kosthold

Husk at det skal være en glede å spise!
Kroppen trenger ulike typer mat for tilheling og god helse – hemmeligheten er å vite hva du spiser og ha et velbalansert kosthold.

Hvis du lurer på noe angående kostholdet ditt, bør du snakke med stomisykepleieren.

Etter de første ukene bør du

- spise tre til fire faste måltider om dagen
- balansere matinntaket, prøve litt av alt fra matsirkelen.⁸
- gradvis introdusere nye matvarer
- drikke rikelig med væske med mindre helsepersonell har sagt noe annet

Matsirkelen for en balansert diett



Husk alltid å drikke rikelig med væske hver dag.
Det er viktig å holde seg hydrert.



Joshua

Når du kommer hjem

Kosthold

Løs, tyntflytende avføring

Hvis du tror diareen (løs, tyntflytende avføring) skyldes sykdom, urolig mage eller matforgiftning, eller hvis det er mer avføring enn vanlig, bør du snakke med legen eller stomisykepleieren.

Tips og råd for å unngå lukt

- Hvis hudplaten er forsvarlig festet til magen, skal det ikke være noen lukt.
- Enkelte typer mat kan gi sterkere lukt, som løk, hvitløk, blomkål og kål. Du bør kanskje unngå dem som påvirker deg.

Flatulens

Noen produserer mer luft enn andre. Hvis du hadde problemer med flatulens før operasjonen, vil nok ikke dette bli noe annerledes etter operasjonen.

Flatulens kan skyldes svelging av luft, kullsyreholdig drikke, snakking mens man spiser, røyking, tyggegummitygging og enkelte matvarer.⁹

Mat som kan gi flatulens⁹:

Legg til disse matvarene gradvis i kostholdet og se hvordan de påvirker deg.

- grønne bønner og bakte bønner
- blomkål og brokkoli
- løk og hvitløk
- kål, spinat og rosenkål
- egg
- øl og kullsyreholdig drikke
- enkelte krydder



Hvis du drikker og spiser samtidig, kan det gi flatulens.



Husk å spise et balansert kosthold, tygge maten godt og spise sakte.

Obstruksjon/ blokkering av ileostomien



Obstruksjon/ blokkering av ileostomien¹⁰

- selleri
- kokosnøtt
- mais
- nøtter
- tørket frukt
- popcorn

Når du kommer hjem

Reise

Stomien vil ikke hindre deg i å reise, enten det er på ferie eller forretningsreise, innenlands eller utenlands.

Reiseforsikring

Det er viktig å ha reiseforsikring når du reise hjemmefra. Det er mange forsikringsselskaper som tilbyr reiseforsikring – husk å oppgi eksisterende sykdommer og at du har stomi. Da er du dekket for alt som kan skje.

Reisesertifikat for stomi

Du kan få et reisesertifikat fra stomisykepleieren eller den lokale stomiforeningen. Sertifikatet er til hjelp når du går gjennom tollen og sikkerhetskontrollen, hvis det er behov for å forklare stomiutstyret. Det er oversatt til flere europeiske språk, men erstatter ikke helsetrygdekort eller reiseforsikring.

På reiser

Ta alltid med deg størrelsen, navnet, artikkelnummeret og produsentnavnet på stomiutstyret ditt i tilfelle du må supplere. Det er også nyttig å ha med telefonnummeret til leverandøren av stomiutstyret



Helen



Alle ferier krever god planlegging!



Husk reiseforsikring!

Tips og råd for flyreiser



- Ha alltid med deg nok stomiutstyr i håndbagasjen
- Husk å klippe til og klargjøre hudplaten før du pakker, for du kan ikke ta med saks i håndbagasjen.
- Pakk dobbelt så mye stomiutstyr som du normalt ville bruke.
- Ikke hopp over måltider før eller under reisen. Husk å drikke rikelig med væske, med mindre helsepersonell har sagt noe annet. Vær forsiktig med alkohol og kullsyreholdig drikke.
- Det kan være lurt å bestille et sete ved midtgangen.
- Tenk fremover, en serveringsvogn kan gjøre det vanskelig å komme til toalettet.
- Prøv å plassere sikkerhetsbeltet under eller over stomien.

Tips og råd for bil- og bussturer



- Det er vanligvis toaletter på bensinstasjoner, og de fleste busser har toalett.
- Ikke la stomiutstyret ligge i bilen når det er varmt, siden hudplatene kan være følsomme for ekstrem varme og kulde.

Mat og drikke på reise:

En endring i vannet, enten innenlands eller utenlands, kan gi endret avføringsmønster. Det kan være lurt å sjekke råd for mat og drikke i landet du besøker. Følg ditt vanlige kosthold, og pass på å drikke nok. Når det er varmt, må du drikke mer vann. Snakk med stomisyepleieren hvis du har spørsmål om kosthold på reise.

Når du kommer hjem

Livet med stomi

Trening og fysisk aktivitet

Stomien bør ikke hindre deg i å trene eller være like fysisk aktiv som du var før operasjonen.

Snakk med legen eller stomisykepleieren om kontaktsport eller svært tunge løft, utover dette bør du kunne drive med de samme fysiske aktivitetene som du gjorde før operasjonen.

Husk at selv lett fysisk aktivitet er god trening – for hjertet, leddene, musklene, lungene og det generelle velværet.

Du må gi deg selv litt tid til å komme deg – og spaserturer er et godt sted å begynne. Etter operasjonen er det bra bare å gå rundt i huset eller i hagen. Sett små aktivitetsmål hver uke for gradvis å bygge opp styrken og utholdenheten, slik som å gå ti minutter og deretter femten minutter, eller mål turene etter distanse. Husk at det å komme i form igjen ikke bare dreier seg om å løpe en kilometer eller spille et sett tennis. En spasertur på tretti minutter hver dag er bra for deg.



Pia



- Ikke overdriv og husk å lytte til kroppen din (ikke prøv å gjøre for mye).
- Det viktigste er å ta en dag av gangen og gratulere deg selv hver gang du lykkes – uansett hvor smått det kan virke!
- Sett et mål hver uke for å øke mengden fysisk aktivitet.

Tips og råd for bading



- Det er ingen grunn til å la stomien hindre deg i å bade, verken i bassenget eller i sjøen.
- Badetøy finnes i mange forskjellige stiler, designer og farger. Finn ut hva som fungerer best for deg.



Lauren

Når du kommer hjem

Tilbake på jobb

Når du kan gå tilbake på jobb, avhenger av hvor raskt du kommer deg etter operasjonen

Før du går tilbake på jobb, kan det være lurt å høre med arbeidsgiveren om du kan jobbe deltid de første to til fire ukene. De fleste arbeidsgivere er behjelpelige hvis de kan. Det å ha stomi bør ikke være noen begrensning for hva slags jobb du gjør.

«Sammen med stomisykepleieren fant vi riktig plassering for stomien. Det var viktig for meg at jeg fortsatt kunne bære politiuniformen.»

Scott



Hvis du løfter tungt på jobben, må du huske å bruke et støttebelte når du løfter (spør stomisykepleieren eller annet helsepersonell).



Husk å ta med deg ekstra stomiutstyr på jobb, siden du kanskje vil trenge det i løpet av dagen.

Når du kommer hjem

Følelser og seksualitet

Det å gå gjennom en livsendrende sykdom eller skade kan snu opp-ned på tilværelsen. Det kan berøre kropp og sinn og påvirke dem du elsker, og som elsker deg. Hvordan du reagerer, og hvordan du støttes, kan påvirkes av mange faktorer, for eksempel om du har en partner eller ikke, familien du vokste opp med (og om du har et nært forhold til dem nå), personligheten din, religionen din, lokalsamfunnet eller det sosiale nettverket ditt samt dine tidligere livserfaringer.

Hvem du er, hva som er viktig for deg, og hva du forventer av livet, er svært personlige ting. Du er unik – og det er sexlivet ditt også. Hvor mye vi lever ut og verdsetter seksualiteten vår, feirer den og nyter dens plass i livet, varierer også fra person til person, og derfor er det ikke noen «normal» når det kommer til sex. Forskjellige mennesker har forskjellige behov, og din «normal» er det som er riktig for deg.

Én ting du kan være sikker på, er at alt du diskuterer med stomisyepleieren, vil håndteres sensitivt og konfidensielt. Hvis stomisyepleieren mener at en annen kanskje kan hjelpe, eller at du kunne ha godt av en henvisning til en annen spesialist, vil du alltid bli tatt med på råd først. Hvis du ønsker mer informasjon om kroppsbilde, følelser, forhold, sex og seksualitet, kan du be stomisyepleieren om et eksemplar av Dansacs hefte «Forhold og seksualitet med stomi» eller kontakte Dansac på telefonnummeret på baksiden av dette heftet. Du finner også informasjon om disse temaene på www.dansac.no.



- **Selvsikkerheten kommer nå du blir kjent med kroppen din igjen, aksepterer endringene og stoler på posen.**
- **Hvis du er bekymret for å blottlegge kroppen helt, kan det være greit å ha på en topp, en T-skjorte eller et stomibelte eller bruke et posetrekk når du skal ha sex**

Annet

Nyttige råd og lenker

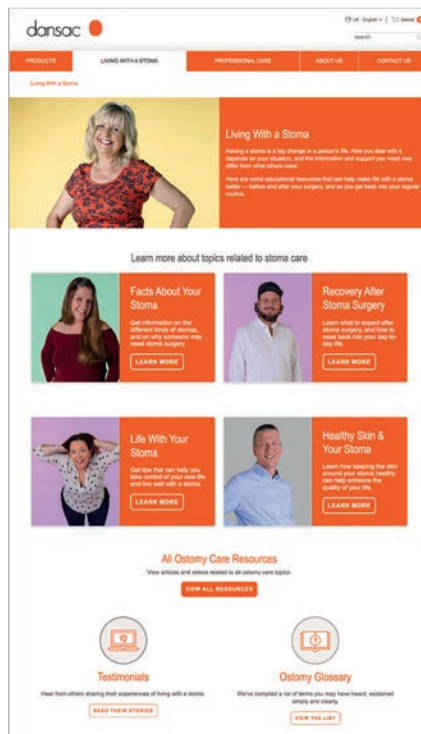
Medisiner

Noen medisiner tas opp i begynnelsen av tynntarmen. Det er mange faktorer som påvirker hvordan medisiner opptas i kroppen, avhengig av typen medisin, dosen og hvordan den inntas.

Det kan være lurt å diskutere eventuelle medisiner med stomisykepleieren.¹¹

Du finner mer informasjon fra Dansac på www.dansac.no:

- Leve med stomi
- Kontakt oss



- Det anbefales å tømme posen før sex. Seksuell aktivitet vil ikke skade stomien.
- Hvis du ikke føler at du er klar for sex, snakk om det, foreslå et tidspunkt for å vurdere situasjonen på nytt, og begynn å flørte igjen.

Tips og råd om ileostomi

Advarsler:

Gjenbruk av en pose til engangsbruk kan utgjøre en risiko, for eksempel for dårlig feste. Reprosessering, rengjøring, desinfeksjon og sterilisering kan skade produktet.

Det kan føre til lukt eller lekkasje. Sørg for at posen sitter godt og i samsvar med instruksjonene. Hvis hudplateåpningen er feil eller det oppstår lekkasje, kan det oppstå hudskade (for eksempel irritasjon, sprukken hud, utslett eller rødhet). Dette kan redusere bæretiden.

Notater:

Fest på ren, tørr, intakt hud for å sikre godt feste. Ikke bruk oljer eller lotioner. Disse produktene kan påvirke hudplaten feste. Hvor godt produktet passer, påvirkes av mange faktorer som stomiens konstruksjon og avføring, hudens tilstand og mageprofilen. Kontakt en stomisykepleier eller annet helsepersonell for hjelp med stomiposesystemet eller hudirritasjon. Ved en alvorlig skade (hendelse) i forbindelse med bruken av produktet skal du kontakte din lokale distributør eller produsenten, samt relevant lokal myndighet. Se www.dansac.com/authority eller kontakt den lokale distributøren for mer informasjon.

Referanser:

1. Sticker, L., Hocevar, B. and Asburn, J. (2016). Fecal and Urinary Stoma Construction. In: J. Carmel, J. Colwell and M. Goldberg, ed., Core Curriculum. Ostomy Management. Wolters Kluwer, p.90.
2. Netsch, D. (2016). Anatomy and Physiology of the Gastrointestinal Tract. In: J. Carmel, J. Colwell and M. Goldberg, ed., Core Curriculum. Ostomy Management. Wolters Kluwer, pp.1-2.
3. Sticker, L., Hocevar, B. and Asburn, J. (2016). Fecal and Urinary Stoma Construction. In: J. Carmel, J. Colwell and M. Goldberg, ed., Core Curriculum. Ostomy Management. Wolters Kluwer, p.91.
4. Mahoney, M. (2016). Preoperative preparation of Patients Undergoing a Fecal or Urinary Diversion. In: J. Carmel, J. Colwell and M. Goldberg, ed., Core Curriculum Ostomy Management. Wolters Kluwer, p.105.
5. Salvadalena, G. (2016). Peristomal Skin Conditions. In: J. Carmel, J. Colwell and M. Goldberg, ed., Core Curriculum Ostomy Management, 16th ed. p.177.
6. Farrer, K., Kenyon, V. and Smith, A. (2001). Stoma Appliances, Specialist Nurse, and the Multidisciplinary Team. In: L. Calum and A. Smith, ed., Abdominal Stomas and Their Skin Disorders. An Atlas of Diagnosis and Management, 2nd ed. London: Informa healthcare, p.47.
7. <http://www.colostomyuk.org/wp-content/uploads/2019/12/Rectal-Discharge.pdf> (accessed 03 March 2020).
8. Nhs.uk. (2019). [online] Available at: <https://www.nhs.uk/Livewell/Goodfood/Documents/The-Eatwell-Guide-2016.pdf> [Accessed 28 Nov. 2019].
9. Healthline. (2019). 10 Foods That Cause Gas. [online] Available at: <https://www.healthline.com/health/foods-that-cause-gas> [Accessed 20 Nov. 2019].
10. Gastrointestinal Society. (2019). Diet and Ostomies. [online] Available at: <https://badgut.org/information-centre/ostomies/diet-and-ostomies/> [Accessed 20 Nov. 2019].
11. Carmel, J. (2016). Specific Patient Management Issues. In: J. Carmel, J. Colwell and M. Goldberg, ed. China: Walters Kluwer, p.144.

Føl deg vel
med deg selv

Dansac and Hollister Norge

Olav Brunborgsvei 4
1396 Billingstad
Norge

Tlf 66 77 66 50

www.dansac.no

 www.facebook.com/dansacostomy

Før bruk må du lese bruksanvisningen for informasjon om riktig bruk, kontraindikasjoner, advarsler, forholdsregler og instruksjoner.

Dansac logoen, NovaLife og TRE er varemerker tilhørende Dansac A/S.
Alle andre varemerker tilhører sine respektive eiere.

© 2020 Dansac A/S
NO-00030



dansac 
Dedicated to Stoma Care