



.....

# **Guide de soins et d'informations adaptés à la personne iléostomisée**

**Marjolaine Dugal, Inf. B. Sc., stomothérapeute**

# **Guide de soins et d'informations adaptés à la personne iléostomisée, 2<sup>e</sup> édition revue et mise à jour, 2019.**

## **Collaboration à la rédaction**

Anne Beaulieu, Inf. B. Sc., stomothérapeute  
Hai Dao, diététiste professionnelle

## **Illustrations**

Service des techniques audiovisuelles de l'HMR

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2019

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives Canada, 2019

**ISBN 978-2-550-83711-4 (pdf)**

### **Tous droits réservés.**

Il est strictement interdit de reproduire quelconque partie de ce document sans l'autorisation de l'éditeur.

© CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, HMR, 2019

**CP-CHR-082**

.....

## Table des matières

<b>Informations générales</b>	<b>2</b>
<b>Quelle est la fonction du système gastro-intestinal ?</b>	<b>2</b>
<b>La description d'une iléostomie</b>	<b>4</b>
<b>Les soins de la peau, de la stomie et de l'appareil collecteur</b>	<b>5</b>
<b>Informations complémentaires</b>	<b>9</b>
<b>Les principaux problèmes et les moyens d'y remédier</b>	<b>10</b>
<b>L'alimentation et l'hydratation recommandées</b>	<b>11</b>
<b>La reprise des activités</b>	<b>13</b>
<b>Les ressources professionnelles et les associations de bénévoles</b>	<b>17</b>
<b>Les ressources financières</b>	<b>18</b>
<b>Les ressources matérielles</b>	<b>19</b>
<b>Pour en savoir plus</b>	<b>21</b>
<b>Qui joindre pour répondre à vos questions</b>	<b>23</b>
<b>Annexes</b>	<b>25</b>
Associations de personnes stomisées du Québec et groupes d'entraide	A.1
Centres de distribution des produits de soins	B.1
Liste du matériel au départ	C.1

**C**e guide a été conçu pour vous servir d'aide-mémoire.

Il reprend toutes les informations dont vous pouvez avoir besoin afin de vous aider à vous adapter à cette situation nouvelle. Vous y trouverez des renseignements pratiques et détaillés afin que vous puissiez assumer vous-même vos soins et continuer de jouir pleinement de la vie.

Une iléostomie n'est pas une maladie, c'est un moyen de vous redonner la santé, d'éliminer ou de contrôler votre maladie et ainsi vous procurer une meilleure qualité de vie.

L'adaptation à une nouvelle condition se fait graduellement et selon un rythme qui est personnel à chacun. Toutefois, plus tôt vous vous impliquerez dans vos soins de stomie plus tôt vous aurez l'assurance nécessaire pour reprendre une vie active et satisfaisante.

## **Des questions ? Des préoccupations ?**

- Une iléostomie, est-ce douloureux ?
- Y aura-t-il des odeurs désagréables ?
- Est-ce que cela paraît ? Pourrai-je porter les mêmes vêtements ?
- Serai-je capable d'apprendre les soins ?
- Mon conjoint(e) pourra-t-il apprendre avec moi ?
- L'iléostomie sera-t-elle permanente ou temporaire ?
- Où sera la stomie sur mon ventre ?
- Où se procure-t-on le matériel ?
- Quel est le coût ? Aurai-je une aide financière ?

Il est possible que ces questions vous préoccupent.

Vous trouverez des réponses à celles-ci au fur et à mesure que vous lirez ce guide d'informations et recevrez, de la part des infirmières, l'enseignement et le soutien adaptés à vos besoins.

N'hésitez pas à nous communiquer tout ce qui vous inquiète, ainsi nous pourrons mieux vous guider et faciliter votre retour à la maison.

.....

## Informations générales

Au Canada, chaque année, de nombreuses personnes doivent être opérées pour une colostomie, une iléostomie ou une stomie urinaire. À l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont environ 175 patients subissent ce type de chirurgie chaque année.

Plusieurs maladies peuvent nécessiter une chirurgie comme celle que vous devez subir : la colite ulcéreuse, la maladie de Crohn, la polypose familiale, le cancer, un traumatisme à l'abdomen en sont quelques exemples.

Afin de favoriser une meilleure compréhension de votre chirurgie, voici quelques notions que vous devez connaître sur le fonctionnement de l'intestin.

.....

## Quelle est la fonction du système gastro-intestinal ?

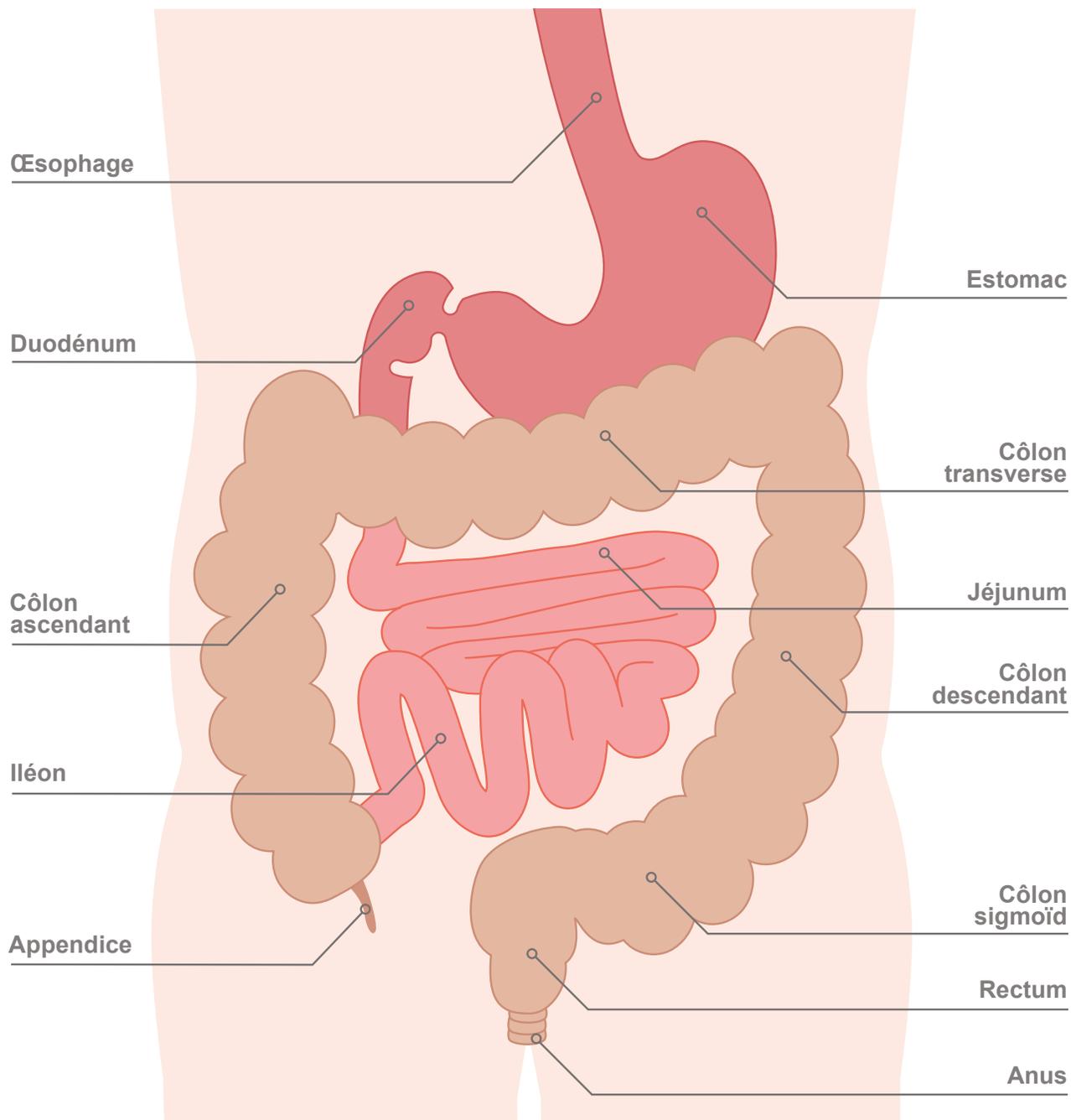
Le système gastro-intestinal comprend : la bouche, l'œsophage, l'estomac, l'intestin grêle (petit intestin), le côlon (gros intestin), le rectum et l'anus.

Les aliments sont principalement digérés, à l'aide des enzymes digestives, dans le petit intestin. Le petit intestin mesure environ 6 mètres (20 pieds).

Le contenu intestinal passe ensuite dans le côlon qui, à son tour, absorbera principalement l'eau. Le côlon mesure environ 1,5 mètre (3,3 pieds).

# Appareil digestif

À l'aide de ce schéma, **vo**tre chirurgien et l'infirmière vous expliqueront la région de votre intestin atteinte par la maladie et la chirurgie prévue pour vous.



Une **stomie** est un terme général pour désigner l'ouverture d'un organe à travers le muscle de votre abdomen. Lorsque l'iléon (petit intestin) est extériorisé à la peau, cette stomie prend le nom d'**iléostomie**.

.....

## La description d'une iléostomie

### Qu'est-ce qu'une iléostomie ?

Une iléostomie est l'abouchement de l'iléon à la peau de votre abdomen permettant d'évacuer les selles. Elle est, le plus souvent, située du côté droit de l'abdomen. Elle peut être **temporaire** (quelques mois) ou **permanente** (pour toujours). L'endroit où elle sera située sur l'abdomen est déterminé par l'infirmière stomothérapeute ou le chirurgien avant votre chirurgie, lorsque la situation le permet.

### L'iléostomie est la partie que vous verrez sur votre abdomen :

- Elle est rose rouge, un peu comme l'intérieur de la bouche.
- Elle est insensible puisque lorsqu'on la touche, il n'y a pas de douleur.
- Elle est fragile et peut saigner légèrement surtout lors du changement de l'appareil collecteur, c'est normal, puisqu'elle est très vascularisée.
- Elle grossit et rapetisse comme les mouvements normaux de l'intestin : c'est le péristaltisme.
- Elle est retenue solidement à la peau par des sutures qui disparaissent d'elles-mêmes dans les deux (2) premiers mois suivant la chirurgie.
- Elle est ressortie sur l'abdomen d'environ ½ pouce ou 1,25 cm.
- Elle est « enflée » les premières semaines après la chirurgie ; sa dimension se stabilisera dans les premiers mois.

### Comment l'élimination se fait-elle avec une iléostomie ?

- L'évacuation des selles par une iléostomie **n'est pas volontaire**, donc vous ne sentirez pas « l'envie » d'aller à la selle. Vous ne pourrez pas retenir les selles et les gaz qui sortent de l'iléostomie.
- Les selles sont évacuées par l'iléostomie de 5 à 7 fois par jour, y compris la nuit.
- La consistance des selles d'une iléostomie varie selon l'alimentation. Elles sont de semi-liquides à pâteuses et sont évacuées environ 30 à 45 minutes après les repas.
- Votre peau autour de la stomie doit demeurer bien protégée des selles. Les selles de l'iléostomie sont très irritantes pour la peau. C'est pourquoi vous devez porter **en tout temps** un appareil collecteur.

## Les soins de la peau, de la stomie et de l'appareil collecteur

De nos jours, les appareils collecteurs disponibles sur le marché sont tous à l'**épreuve des odeurs, sécuritaires et de bonne qualité**. Les critères à considérer dans le choix de l'appareil sont votre confort, la protection de votre peau, la facilité d'installation et la durée d'adhérence de l'appareil. **L'infirmière stomothérapeute est la personne ressource qualifiée pour vous guider dans ce choix.**

L'appareil collecteur qui sera utilisé après votre chirurgie est le système deux (2) pièces ; il comprend une collerette munie d'un protecteur de peau à découper et bordée de diachylon, un sac collecteur transparent à l'épreuve des odeurs, ouvert à sa partie inférieure pour la vidange, ainsi qu'un fermoir.

Le coût des différents produits et appareils collecteurs est d'environ 1200\$ à 1500\$ par année. Vous retrouverez à la fin de ce guide des informations touchant l'aide financière possible pour vous et une liste des endroits où acheter les produits nécessaires à vos soins d'iléostomie.

### La vidange du sac collecteur

#### Quand ?

Lorsque le sac collecteur est rempli à demi (1/2) de sa capacité de selles ou de gaz.

#### Comment ?

- S'asseoir sur le siège de la toilette.
- Relever l'extrémité du sac pour retenir les selles, le temps d'ouvrir le fermoir.
- Ouvrir le fermoir, retenir l'extrémité du sac et diriger celui-ci dans la toilette.
- Vidanger le contenu du sac.
- Bien essuyer l'extérieur et l'intérieur de l'extrémité du sac avec du papier hygiénique.
- Remettre le fermoir.

Certaines personnes préfèrent retourner l'extrémité du sac sur lui-même, comme un col roulé, afin de faciliter la vidange et le nettoyage. Vous verrez la façon qui vous convient le mieux.

## L'entretien du sac collecteur

Nous ne recommandons pas d'entretien particulier du sac collecteur chez la personne iléostomisée. Il n'est donc pas nécessaire de nettoyer le sac ou de le rincer lorsque vous le videz. Ces sacs sont à l'épreuve des odeurs et sont conçus pour contenir des selles.



**N'oubliez pas qu'un excès de propreté peut diminuer grandement votre qualité de vie et qu'il est impossible d'exiger que l'intérieur du sac reste propre en tout temps.**

## Le changement de l'appareil collecteur

### Quand le changer ?

La fréquence des changements de la collerette dépend de la forme de l'abdomen, de l'endroit où est située la stomie, de son apparence et de la consistance des selles. Il est conseillé, au début, de la changer **tous les 5 jours**. Avec le temps, les selles seront plus pâteuses, vous pourrez probablement la changer aux 7 jours.

Prenez le temps de vous observer et choisissez le moment de la journée où l'iléostomie fonctionne le moins.

Le maintien de l'**intégrité de la peau** (une peau normale et sans rougeur) autour de l'iléostomie, votre **confort** et votre **sécurité** sont les points essentiels pour déterminer la fréquence de changement qui vous convient personnellement.



**Une sensation de picotement ou de brûlure sous l'appareil collecteur est un signe indiquant que votre peau n'est plus suffisamment protégée des selles. Vous devez changer la collerette dans les plus brefs délais.**

## Comment le changer ?

- **Préparez tout le matériel** dont vous avez besoin : papier hygiénique, sac de type *Ziploc*, miroir, débarbouillette, savon, ciseaux recourbés, carte mesure ou patron, pâte protectrice, appareil collecteur (collerette – sac – fermoir). Une liste de ces produits figure à la fin de ce document.



**L'utilisation de débarbouillettes humides jetables de type *Wet Ones* n'est pas recommandée.**

- **Videz le sac collecteur** de son contenu.
- **Installez-vous** debout face au lavabo ou assis.
- **Décolliez la collerette délicatement** en suivant le sens des poils et de haut en bas, tout en maintenant votre peau de l'autre main.
- **Observez** l'endos de la collerette que vous venez de retirer afin d'évaluer si votre peau était encore bien protégée.
- **Disposez** de l'appareil souillé dans un sac plastique de type *Ziploc*. Ces sacs ne doivent pas être jetés dans les toilettes.
- **Nettoyez parfaitement la peau** au pourtour de la stomie à l'eau tiède. Si vous le désirez, utilisez un savon non parfumé, tels les savons *Dove* ou *Ivory*, rincez abondamment et asséchez doucement sans frotter. Si votre peau demeure « collante » même après le nettoyage, des résidus de colle en sont la cause. Utilisez un dissolvant à diachylon spécialement conçu à cet effet.

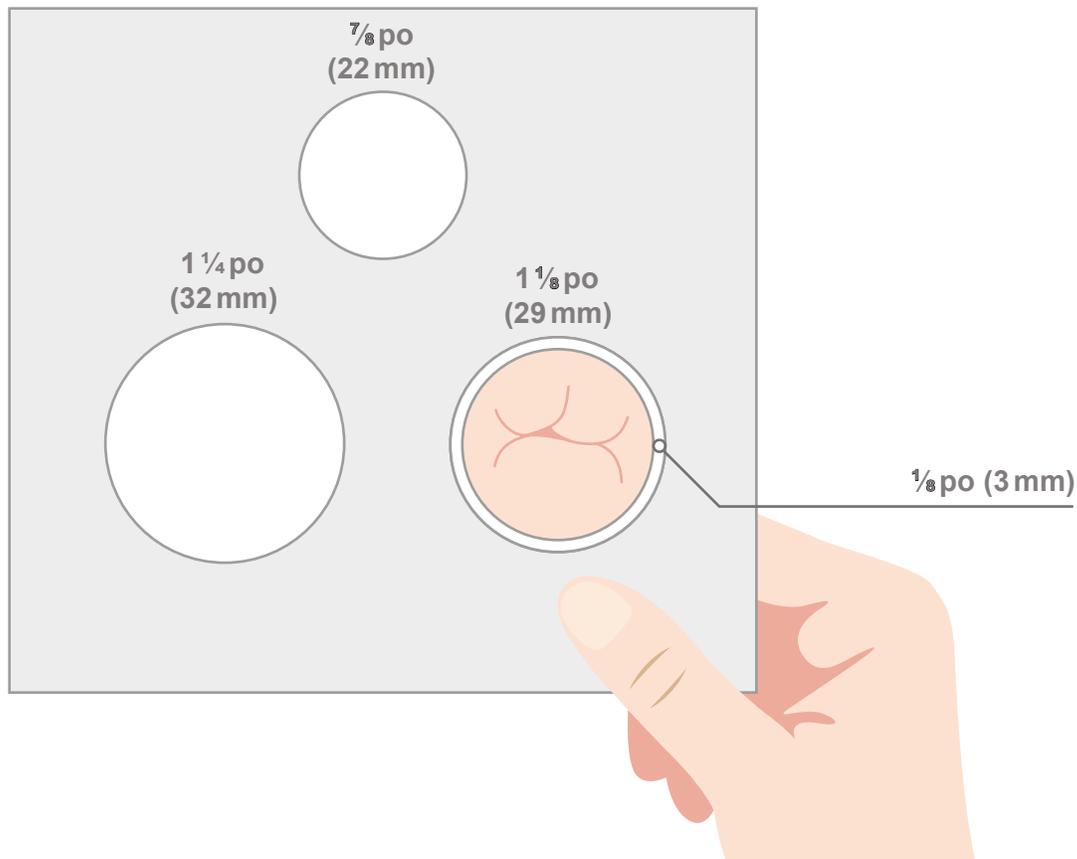
**Il est très important** de laver de nouveau votre peau avec du savon, après l'utilisation d'un dissolvant. Les savons antiseptiques, les tampons d'alcool et les savons avec glycérine sont à proscrire.



**Comme la stomie contient beaucoup de vaisseaux sanguins, elle peut saigner légèrement lors du nettoyage de votre peau. Il n'y a pas lieu de s'en inquiéter.**

- Chez les personnes qui ont une pilosité abondante au niveau de l'abdomen, coupez les poils avec un ciseau ou une tondeuse à barbe de type *clipper*, de façon à laisser une petite longueur aux poils. Vous pouvez raser ceux-ci aux deux semaines.

- **Observez la stomie et la peau autour de la stomie**, afin de déceler toute modification ou rougeur dès leur apparition.
- **Mesurez la dimension de la stomie** dans sa partie la plus large et la plus étroite, à l'aide de la carte mesure. À partir des dimensions de votre stomie, un patron de découpe (en carton) sera créé et vous servira de guide pour la taille du protecteur de la collerette. N'oubliez pas que l'ouverture du protecteur de la collerette ne doit pas être trop près ou trop éloignée de la stomie.  
**Laissez 1/8 de pouce (3 mm) tout autour de la stomie.**



- **Reportez cette mesure à l'endos de la collerette et découper** à l'extérieur de la ligne tracée à l'aide d'un ciseau recourbé. Attention à ne pas dépasser la dernière ligne tracée à l'endos de la collerette. Passez le doigt sur le rebord interne de l'ouverture afin de le rendre plus lisse et d'éviter de blesser la stomie.
- **Appliquez un anneau de pâte protectrice** à l'endos de la collerette, autour de l'ouverture du protecteur cutané.

**Si vos selles sont abondantes et liquides**, un protecteur cutané supplémentaire sera nécessaire, afin de mieux protéger la région immédiate de la stomie. Ces protecteurs cutanés sont en carré (ex : Hollihésive) ou en anneau protecteur. (ex. : Anneau Eakin/Cohésive™ ou Adapt).

- **Installez la collerette et maintenez une pression** sur celle-ci, pendant une minute. Faites une pression à l'aide d'un doigt autour de la stomie. Assurez-vous de tendre les diachylons, il ne doit pas y avoir de pli.
- **Installez le sac collecteur** en pressant le sac sur l'anneau de plastique de la collerette avec les doigts et les pouces.
- **N'oubliez pas le fermoir.**
- **Ajoutez** le diachylon microporeux tout autour de la collerette, si nécessaire.

.....

## Informations complémentaires

**Mesurez une fois par semaine la dimension de la stomie.** Celle-ci se stabilisera dans les premiers mois ; vous pourrez par la suite utiliser toujours le même patron ou même utiliser une collerette prétaillée. N'oubliez pas que le patron de découpe de votre collerette doit être réajusté en fonction des variations de la dimension ou de la forme de votre stomie, lorsque vous prenez ou perdez du poids.

**La ceinture pour stomie** est un accessoire qui s'attache de chaque côté du sac collecteur. Elle sert à faire une légère pression sur l'appareil collecteur et ainsi l'aide à mieux adhérer. Celle-ci peut être utile lors de la pratique de votre sport préféré ou pour vous sentir plus en sécurité lors de vos premières sorties.

# Les principaux problèmes et les moyens d’y remédier

Problème au niveau de :	Causes possibles	Que faire ?
<b>La peau</b>		
Rougeur ou sensation de brûlure de la peau tout près de la stomie	La peau est mal protégée des selles	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Appliquer de la poudre protectrice et un protecteur cutané liquide sans alcool (ex.: Cavilon) sur la région.</li> <li>• Modifier le patron de la découpe, s’il y a lieu.</li> <li>• Changer l’appareil aux 3 jours.</li> <li>• Si la rougeur persiste après 1 semaine, contactez l’infirmière stomothérapeute.</li> </ul>
Rougeur qui prend la forme du produit utilisé, accompagnée ou non de démangeaison (ex.: diachylon)	Réaction de type « allergie » aux produits (dermite de contact)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Éliminer les produits contenant de l’alcool.</li> <li>• Prenez rendez-vous avec l’infirmière stomothérapeute.</li> </ul>
Éruptions cutanées (petits boutons) souvent accompagnées de démangeaisons	Humidité sous l’appareil collecteur	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bien assécher le sac et les diachylons après le bain.</li> <li>• Porter un couvre-sac de coton.</li> <li>• Si malgré tout ces éruptions perdurent, contactez l’infirmière stomothérapeute.</li> </ul>
<b>La stomie</b>		
Ulcère blanchâtre sur la stomie	Vêtements trop serrés ou frottement du plastique sur l’intestin	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Porter des vêtements plus amples.</li> <li>• Laisser un peu d’air dans le sac collecteur permet de faire un « coussin d’air protecteur » pour la stomie.</li> <li>• Si l’ulcération persiste, contactez votre chirurgien.</li> </ul>
Blessure sur le rebord (côté) de la stomie	La découpe de la collerette est trop près de la stomie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laisser ¼ de pouce (3 mm) tout autour de la stomie.</li> </ul>
<b>L’adhérence de l’appareil collecteur</b>		
L’appareil collecteur tient en place moins de 3 jours	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Présence de plis près de la stomie</li> <li>• Prise ou perte de poids</li> <li>• La stomie est à la surface de la peau</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mettre une ceinture pour stomie.</li> <li>• L’appareil que vous utilisez est peut-être mal adapté à votre condition.</li> <li>• Contactez l’infirmière stomothérapeute afin qu’elle modifie le type d’appareil que vous utilisez.</li> </ul>



**Si vous remarquez un changement important dans la dimension ou l’apparence de la stomie ou de la peau, contactez votre chirurgien et l’infirmière stomothérapeute.**

.....

## L'alimentation et l'hydratation recommandées

Votre nouvelle condition ne vous oblige pas à suivre une diète, mais plutôt à adapter votre alimentation.

Nous attirons toutefois votre attention sur ces quelques points :

- Respectez un horaire de repas régulier ;
- Mangez lentement et mastiquez bien ;
- Introduisez un aliment nouveau à la fois afin de pouvoir identifier ceux qui provoquent des crampes, de la diarrhée, un excès de gaz ou qui vous incommode. Vous pourrez essayer de nouveau cet aliment un peu plus tard ;
- Buvez, buvez, buvez, de 8 à 10 verres d'eau par jour.

Une façon efficace de savoir si vous buvez assez est d'observer la coloration de vos urines. Si vous urinez en petite quantité et que vos urines sont foncées (jaune foncé), c'est un signe que vous ne buvez pas assez.



**Référez-vous au  
Guide d'alimentation de la personne iléostomisée (CP-CHR-083).**

## La prévention de la déshydratation lors d'une diarrhée

Une augmentation importante de la quantité et de la liquidité des selles est le signe d'une diarrhée. Lorsque vous avez une diarrhée, vous perdez dans vos selles trop d'eau, de sel et de potassium et vous risquez une déshydratation.

Vous pouvez alors ressentir de la fatigue, avoir une soif intense, des maux de tête, des urines plus foncées, des nausées et des crampes musculaires.

Afin de bien évaluer les pertes liquidiennes par votre iléostomie, vous devez mesurer ces pertes pendant 24 heures. Vider votre sac collecteur dans une tasse à mesurer ou utilisez la bandelette autocollante graduée à coller directement sur le sac. Ces bandelettes sont disponibles seulement à l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont.

Si les pertes de votre iléostomie sont de 1200 ml et plus par 24 heures, boire 4 verres de 250 ml chacun de jus de réhydratation dans la journée.

### Recette de jus de réhydratation

600 ml (20 onces) d'eau  
360 ml (12 onces) jus d'orange non sucré  
2,5 ml (½ c. thé rase) de sel

**Attention si vous êtes diabétique :** vous devez tenir compte de la teneur en sucre de ce jus de réhydratation. Chaque verre de 8 onces de jus contient 12 grammes de sucre. Discutez-en avec votre diététiste.

**Produits commerciaux de réhydratation :** Gastrolyte ou Pédialyte



**Si votre diarrhée dure plus de 24 heures, si vous vomissez et que vous perdez plus de 2000 ml par jour, présentez-vous à l'urgence.**

## **Le blocage alimentaire : ce qu'il est et ce qu'il faut faire**

Un blocage alimentaire est l'obstruction de l'iléostomie par des aliments non digérés ou mal mastiqués.

**Voici ce que vous pouvez ressentir lorsqu'il y a un blocage alimentaire :**

- Des crampes abdominales ;
- Votre ventre est gonflé ;
- Une douleur autour de l'iléostomie ;
- Votre iléostomie est plus grosse qu'habituellement ;
- Peu ou pas de selles ou de gaz sont évacués par l'iléostomie ;
- Des nausées et des vomissements.

### **Ce qu'il faut faire ?**

- Ne consommez pas d'aliments solides ;
- Buvez des liquides chauds ;
- Prenez un bain relaxant ;
- Enlevez l'appareil collecteur et massez l'abdomen près de l'iléostomie ;
- Ne prenez aucun laxatif.



**Si votre iléostomie n'évacue pas de selles et de gaz pendant 24 heures et que vous avez des nausées et des vomissements, contactez votre médecin et présentez-vous à l'urgence.**

Une diététiste vous rencontrera durant votre hospitalisation afin de vous conseiller et répondre à vos questions au sujet de l'alimentation et de l'hydratation.

.....

## La reprise des activités

Votre vie n'est pas complètement changée, vous pourrez progressivement faire tout ce que vous aimez et reprendre une vie active comme avant la chirurgie.

### Le bain ou la douche

Vous pourrez prendre un bain ou une douche dès que votre plaie abdominale sera guérie.

- **Avec votre appareil collecteur :**

- Vous pouvez utiliser votre savon habituel pour le bain ou la douche ;
- Il n'est pas nécessaire de protéger l'appareil collecteur avec une pellicule plastique.



**Asséchez complètement les diachylons de la collerette et le sac collecteur avec une serviette et un séchoir pour les cheveux à air froid.**

- **Sans votre appareil collecteur :**

- Choisissez le moment où votre stomie évacue peu de selles, par exemple avant le déjeuner ;
- Enlevez entièrement votre appareil. N'ayez crainte, l'eau tiède n'est pas dommageable. Toutefois, dirigez le jet de la douche sur votre poitrine plutôt que directement sur la stomie ;
- Les huiles pour le bain sont déconseillées car leurs résidus demeurent sur la peau et empêchent votre appareil de bien adhérer ;
- Assurez-vous de bien rincer et asséchez votre peau avant d'installer le nouvel appareil.

### L'habillement

Les appareils collecteurs, de nos jours, sont conçus pour être peu apparents sous les vêtements. Vous pourrez probablement porter les mêmes vêtements qu'avant.

Toutefois, nous vous recommandons de choisir des vêtements plus amples afin de ne pas gêner l'écoulement des selles vers le bas du sac et de ne pas blesser la stomie par le frottement des vêtements sur celle-ci.

## Les sports et les loisirs

Après la période de convalescence habituellement recommandée, environ deux mois, vous pourrez reprendre graduellement tous les sports que vous aimez : tennis, golf, natation, hockey.



**Les sports de contact, tels la boxe et la lutte, de même que soulever des poids et haltères sont déconseillés pour les personnes stomisées.**

Certaines personnes se sentent plus en sécurité pour pratiquer leurs sports en :

- Ajoutant des diachylons supplémentaires à leur appareil collecteur ;
- Installant une ceinture pour stomie ;
- Utilisant une coquille protectrice.

Si vous nagez souvent, utilisez une ceinture pour stomie en caoutchouc, car un élastique mouillé a tendance à se relâcher. De plus, il existe sur le marché des collerettes qui sont plus résistantes à l'eau. Un pansement transparent (ex. : Tegaderm™ Roll ou Opsite flexiflix) peut-être ajouté par-dessus le diachylon de la collerette afin de l'imperméabiliser.



**Parlez-en à l'infirmière stomothérapeute, elle pourra vous conseiller dans ces choix et ainsi vous permettre de redevenir une personne active et en santé.**

## Les voyages

- En auto, portez votre ceinture en tout temps. Si la ceinture vous incommode et que vous craignez qu'elle blesse votre stomie, faites un « petit coussin » avec une serviette et partez en sécurité.
- Lorsque vous prenez des vacances, prévoyez un nombre suffisant de produits nécessaires à vos soins de stomie. Gardez ces produits dans un endroit frais et sec. La chaleur ainsi que l'humidité peuvent altérer les adhésifs des appareils. Si vous prenez l'avion, apportez avec vous dans l'avion une valise contenant vos produits, car les bagages de la soute peuvent être égarés lors du transport.
- Avant votre départ pour l'étranger, informez-vous auprès des compagnies qui fabriquent les produits que vous utilisez, des endroits où vous pourrez acheter ceux-ci en cas de besoin.
- Des vacances au soleil... **Attention à la déshydratation.**



**Suivez les conseils comme tous les autres voyageurs et évitez l'eau du robinet et les glaçons.**



**Parlez à votre chirurgien de vos projets. Il vous conseillera ou vous prescrira peut-être des médicaments en cas de gastro-entérite.**

## **La sexualité et la grossesse**

Lorsque vous vous sentez prêt et que votre chirurgien l'autorise, vous pouvez reprendre vos activités sexuelles comme avant. Si votre vie sexuelle était satisfaisante avant votre chirurgie, elle devrait l'être tout autant après. Elle peut même être grandement améliorée puisque vous n'êtes plus malade.

N'oubliez pas que votre partenaire doit aussi se familiariser avec la nouvelle situation. Partagez vos craintes et vos préoccupations. Une communication ouverte et une période d'ajustement dans l'expression de la tendresse et de la sexualité s'imposent.

Afin de vous sentir plus à l'aise et rassuré dans les moments d'intimité voici quelques suggestions :

- Videz votre sac collecteur avant une relation intime ;
- Recouvrez votre sac d'une pochette de tissu ou de dentelles, ou encore, utiliser une bande de tissu qui fait le tour de votre abdomen et couvre entièrement votre sac ;
- Ajoutez des diachylons afin de vous sentir en sécurité.

Vous désirez des enfants ? Une grossesse est planifiée ? Il est possible pour une femme stomisée de vivre une grossesse comme toutes les autres femmes. Toutefois, votre chirurgien vous conseillera probablement d'attendre de 4 à 6 mois après la chirurgie.

Si vous êtes enceinte, la stomie changera de forme et de dimension, il s'agira simplement d'ajuster l'appareil collecteur et la découpe de celle-ci, régulièrement pendant cette période.

## Les médicaments

Si vous devez prendre des médicaments, avisez votre chirurgien et votre pharmacien que vous êtes porteur d'une iléostomie. N'oubliez pas que les médicaments que vous prenez peuvent être évacués rapidement par une iléostomie et pourraient ne pas être complètement absorbés.



**Ne prenez jamais de laxatif sans l'autorisation de votre chirurgien. N'oubliez pas que les produits « naturels » peuvent interagir avec certains médicaments. Informez-en votre chirurgien et votre pharmacien.**

## Les examens radiologiques

Lorsque vous devez subir un examen radiologique, informez la personne responsable que vous êtes une personne stomisée.

Précisez le type de stomie (iléostomie), afin que la préparation nécessaire à l'examen soit adaptée à votre condition spécifique. N'oubliez pas d'apporter avec vous tous les produits nécessaires pour vos soins.



**Vous ne devez jamais vous donner ou recevoir un lavement évacuant par votre iléostomie, à moins d'une demande de votre chirurgien.**

.....

## Les ressources professionnelles et les associations de bénévoles

Les personnes proches de vous, votre famille, vos amis sont sans doute les premières ressources sur lesquelles vous pouvez compter. Leur soutien, leur réconfort et leur affection sont un atout majeur dans votre rétablissement.

Plusieurs professionnels peuvent aussi vous aider à mieux comprendre l'impact de votre nouvelle condition sur votre vie et faciliter votre adaptation.

- **Votre chirurgien et les médecins consultants** assurent le suivi médical et répondent à vos questions sur l'évolution de votre état de santé, les traitements et la convalescence.
- **L'infirmière stomothérapeute** est spécialisée dans l'adaptation et les soins aux personnes stomisées. Elle vous accompagnera dans les différentes étapes que vous vivrez. Une rencontre avant votre chirurgie est prévue afin de vous informer des soins spécifiques et d'identifier le site de votre stomie. De plus, elle assure un suivi après votre chirurgie aux unités de soins et au Centre de soins ambulatoires.
- **Les infirmières de l'unité et celles de la clinique externe de chirurgie** sont là pour vous accueillir, vous écouter, vous prodiguer des soins et les traitements requis. Elles vous dispenseront l'enseignement et le soutien que nécessite votre condition.
- **L'infirmière de liaison** assure le lien avec les infirmières du CLSC de votre quartier.
- **La diététiste** veillera à vous conseiller en regard des aliments nécessaires au bon fonctionnement de la stomie et à votre guérison.
- **Les associations de personnes stomisées du Québec** sont des regroupements de personnes bénévoles stomisées. Leur soutien et leur compréhension peuvent faciliter votre adaptation à cette nouvelle condition. Nous vous suggérons de rencontrer une personne de l'association avant votre chirurgie, elle pourra vous apporter l'espoir d'un rétablissement possible.

.....

## Les ressources financières

Voici les possibilités d'aide financière qui s'offrent à vous.

### Si votre stomie est permanente

Vous avez droit à la subvention de la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ) de 1200 \$ par année, afin de vous aider à défrayer les coûts des produits nécessaires aux soins de votre stomie. Vous devez compléter le formulaire de la RAMQ : **Demande d'inscription : Programme relatif à l'appareillage pour les personnes stomisées. Ce document doit être signé par votre chirurgien.**

Si vous possédez une assurance santé personnelle ou collective, vérifiez auprès de votre assureur le type de protection que vous possédez. Il est possible que vous puissiez réclamer les coûts des produits de soins excédant les premiers 1200 \$ reçus de la RAMQ.

Si vous êtes prestataire du Programme d'aide sociale, des informations spécifiques à votre situation sont disponibles sur le site internet de la RAMQ ([www.ramq.gouv.qc.ca](http://www.ramq.gouv.qc.ca)). Lisez-les attentivement.

### Si votre stomie est temporaire (moins d'un an)

Vous avez droit à la subvention de la RAMQ de 800 \$ par année en deux versements de 400 \$. Celle-ci vous aidera à défrayer les coûts des produits nécessaires aux soins de votre stomie. Vous devez compléter le formulaire de la RAMQ : **Demande d'inscription : Programme relatif à l'appareillage pour les personnes stomisées. Ce document doit être signé par votre chirurgien.**

Si vous possédez une assurance santé personnelle ou collective, vérifiez auprès de votre assureur le type de protection que vous possédez. Il est possible que vous puissiez réclamer les coûts des produits de soins excédant les premiers 800 \$ reçus de la RAMQ.

Si vous êtes prestataire du Programme d'aide sociale, des informations spécifiques à votre situation sont disponibles sur le site internet de la RAMQ ([www.ramq.gouv.qc.ca](http://www.ramq.gouv.qc.ca)). Lisez-les attentivement.

**Rappelez-vous que...** Il est essentiel de signaler à la RAMQ la fermeture de la stomie ou tout changement de votre condition physique le plus rapidement possible. Vous pouvez le faire par écrit, par téléphone ou en personne.



**Conservez toutes les preuves d'achat (factures) de produits pour vos soins. Elles peuvent être exigées par l'une ou l'autre des ressources mentionnées. Ces factures peuvent être utiles lorsque vous faites vos déclarations d'impôts sur le revenu, au provincial et au fédéral.**

.....

## Les ressources matérielles

Vous trouverez à la fin de ce guide :

- **La liste du matériel au départ** qui sera complétée par l’infirmière de l’unité de soins avant votre congé. Elle indiquera les différents produits et l’appareil collecteur qu’elle vous conseille d’acheter.
- **La liste des principaux centres de distribution de produits de soins** où vous pourrez acheter les différents produits et appareils collecteurs nécessaires à vos soins.

### Rappel important

Il est recommandé de toujours apporter avec vous un appareil collecteur et vos produits de soins :

- Lorsque vous allez rencontrer votre chirurgien au Centre de soins ambulatoires (clinique externe) ou à son bureau ;
- Lors d’un rendez-vous avec l’infirmière stomothérapeute ;
- Lorsque vous êtes hospitalisé ;
- Lorsque vous passez un examen radiologique de votre intestin.



**Rappelez-vous que l’appareil collecteur et les produits que vous utilisez et qui vous conviennent ne sont pas nécessairement disponibles à l’hôpital.**

.....

## Pour en savoir plus

Association des infirmières et infirmiers autorisés de l'Ontario. (2009). *Soins et prise en charge des stomies*. Toronto, ON : Association des infirmières et infirmiers autorisés de l'Ontario. Repéré à [https://rnao.ca/sites/rnao-ca/files/Soins\\_et\\_prise\\_en\\_charge\\_des\\_stomies.pdf](https://rnao.ca/sites/rnao-ca/files/Soins_et_prise_en_charge_des_stomies.pdf)

Association française d'entérostoma-thérapeutes. (2003). *Guide des bonnes pratiques en stomothérapie chez l'adulte : entérostomies*. Lyon : AFET. 145 p.

Canadian Association for Enterostomal Therapy. (2007). *A guide to living with a ileostomy*. Mississauga, ON : CAET. 22 p. Repéré à <http://nswoc.ca/ileostomy-guide/>



## Qui joindre pour répondre à vos questions

Chirurgien(ne): \_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

Infirmière unité 8AB: \_\_\_\_\_



514 252-3400, poste 6874

Infirmière unité 6CD: \_\_\_\_\_



514 252-3400, poste 6680

Infirmière clinique externe de chirurgie: \_\_\_\_\_



514 252-3400, poste 7372

Infirmières cliniciennes stomothérapeutes:



514 252-3400, poste 4259

Diététiste 8AB: \_\_\_\_\_



514 252-3400, poste 6206

CLSC de votre quartier: \_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

## Vos réflexions – Vos commentaires – Vos questions

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

.....

## **Annexes**

## Associations de personnes stomisées du Québec

<p><b>Association québécoise des personnes stomisées (AQPS)</b> 949, rue Pierre-Lacroix, Montréal (Québec) H1B 3C7</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● info@aqps.org</li> <li>● www.aqps.org</li> <li>● 514 645-4023</li> </ul>
<p><b>Association d'Iléostomie et de Colostomie de Montréal</b> 5151, boulevard de l'Assomption Montréal (Québec) H1T 4A9</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● www.aicm-montreal.org</li> <li>● Boîte vocale: 514 255-3041</li> </ul>
<p><b>Association des stomisés de la Mauricie</b> C.P. 1492 Trois-Rivières (Québec) G9A 5L6</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● www.asm.sg3.ca</li> <li>● Centre de stomies de la Mauricie 819 379-1884</li> </ul>
<p><b>Association des Personnes Stomisées de l'Estrie inc.</b> C.P. 661 Sherbrooke (Québec) J1H 5K5</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● apse@aqps.org</li> <li>● Boîte vocale: 450 991-2337</li> </ul>
<p><b>Montreal Youth Ostomy</b> Montréal (Québec)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Boîte vocale: 514 824-9615</li> </ul>
<p><b>Vous pouvez obtenir les coordonnées des associations et/ou d'une personne bénévole de votre région par l'entremise de votre CLSC.</b></p>	
<p><b>Association des Personnes Stomisées du Saguenay–Lac-Saint-Jean</b> Tél. 418 549-2501 23-305, rue Saint-Vallier Chicoutimi (Québec) G7H 5H6</p>	<p><b>Association des Stomisés du Grand-Portage</b> Tél. 418 862-4381 26, rue Joly, C.P. 1622 Rivière-du-Loup (Québec) G5R 4M2</p>
<p><b>Association des Stomisés du Richelieu-Yamaska</b> Tél. 450 796-3147 C.P. 183 Saint-Hyacinthe (Québec) J2S 7B4</p>	<p><b>Regroupement des Stomisés de la région de Matane</b> Tél. 418 733-4680</p>
<p><b>Regroupement des Stomisés de Québec-Lévis inc.</b> Tél. 418 872-8121 3632, rue des Opales Lévis (Québec) G6W 8C2</p>	<p><b>Découvrez le vécu de M. Jacques Beaudreault stomisé depuis 44 ans.</b></p> <p>► <a href="http://youtu.be/1RZmZ_szBec">http://youtu.be/1RZmZ_szBec</a></p>

## Groupes d'entraide reliés à la maladie

<p><b>Société canadienne du cancer</b> 5151, boulevard de l'Assomption Montréal (Québec) H1T 4A9 Tél.: 514 255-5151</p>	<p><a href="http://www.cancer.ca">www.cancer.ca</a></p>
<p><b>Fondation canadienne des maladies inflammatoires de l'intestin</b> 420-1980, rue Sherbrooke Ouest Montréal (Québec) H3H 1E8 Tél.: 514 342-0666 / 1 800 461-4683</p>	<p><a href="http://www.cafc.ca">www.cafc.ca</a></p>
<p><b>Société canadienne des Personnes stomisées</b> 5800, Ambler Dr., Suite 210 Mississauga (Ontario) L4W 4J4 Tél.: 1 888 969-9698</p>	<p><a href="http://www.ostomycanada.ca">www.ostomycanada.ca</a></p>
<p><b>Association canadienne du cancer colorectal (ACCC)</b> 1350, rue Sherbrooke Ouest, bureau 300 Montréal (Québec) H3G 1J1 Tél.: 514 875-7745 / 1 877 50-COLON (1 877 502-6566)</p>	<p><a href="http://www.colorectal-cancer.ca">www.colorectal-cancer.ca</a></p>
<p><b>Fondation québécoise du cancer</b> 2075, rue de Champlain Montréal (Québec) H2L 2T1 Tél.: 514 527-2194 / 1 877 336-4443</p>	<p><a href="http://www.fqc.qc.ca">www.fqc.qc.ca</a></p>
<h2>Ressources financières</h2>	
<p><b>Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ)</b> <b>Programme relatif à l'appareillage pour les personnes stomisées</b> Case postale 6600 Québec (Québec) G1K 7T3</p> <p>Ville de Québec      Tél.: 418 646-4636 Ville de Montréal    Tél.: 514 864-3411 Ailleurs au Québec   Tél.: 1 800 561-9749</p>	<p><a href="http://www.ramq.gouv.qc.ca">www.ramq.gouv.qc.ca</a></p>

## Centres de distribution des produits de soins Personne porteuse d'une stomie

**Pour votre premier achat :** Nous vous recommandons ces distributeurs afin d'obtenir rapidement les différents produits nécessaires à vos soins de stomie.

### Montréal

**Centre de stomie Premier**

6607, ch. de la Côte-des-Neiges  
Montréal (Québec) H3S 2B3  
514 940-9666 ou 1 877 809-8277

**Maison André Viger, Inc.**

6700, rue St-Denis  
Montréal (Québec) H2S 2S2  
514 274-7560 ou 1 800 363-6703

**Polyclinique Maisonneuve/  
Pharmacie Daniel Vermette**

5345, boul. L'Assomption  
Montréal (Québec) H1T 4B3  
514 252-9000

**ProAssist**

3545, rue Berri  
Montréal (Québec) H2L 4G3  
514 849-7573 ou 1 800 823-7573

**Proxim/Pharmacie Morin**

5955, rue Sherbrooke Est  
Montréal (Québec) H1N 1B7  
514 254-7513

### Rive-Nord de Montréal

**Michel Cullen Médical, Inc.**

1040, boul. Michèle-Bohec,  
Suite 100  
Blainville (Québec) J7C 5E2  
450 434-1920 ou 1 800 661-4441

**Clinique Stomia**

4121, boul. Samson  
Laval (Québec) H7W 2G5  
450 686-9710 ou 1 888-933-9710  
**\*Vend à l'unité**

**Uniprix**

200, boul. Brien  
Repentigny (Québec) J6A 7E9  
450 654-2278

**Pharmacie Benoit Farmer**

478, rue St-Viateur  
Joliette (Québec) J6E 3B3  
450 756-4576  
**\*Vend à l'unité**

**Stomo médical**

3241, avenue Jean-Béraud  
Laval (Québec) H7T 2L2  
450 786-0786 ou 1 866 986-0786  
**\*Vend à l'unité**

**Médyrel Inc.**

379, boul. des Laurentides  
St-Jérôme (Québec) J7Z 4L9  
450 436-4921

### Rive-Sud de Montréal

**Maison André Viger, Inc.**

3340, boul. Taschereau  
Longueuil (Québec) J4V 2H6  
450 465-7560

**Pharmacie Yves Desjardins**

490, Av. Victoria  
St-Lambert (Québec) J4P 2J4  
450 671-5563

**Centre de Stomie de Montréal  
Montréal Ostomy & Home Care  
Center**

197, rue Joseph-Carrier  
Vaudreuil (Québec) J7V 5V5  
450 424-1145 ou 1 800 613-2582

**Pharmacie Jean Coutu**

1295, rue des Cascades  
St-Hyacinthe (Québec) J2S 3H2  
450 773-8447

**Uniprix/Stomo Médical**

157, rue St-Charles Ouest  
Longueuil (Québec) J4H 1C7  
450 928-4848 ou 1 844 928-5055  
**\*Vend à l'unité**

**Proxim/Pharmacie Boivin,  
Bourget & Tremblay**

900, boul. du Séminaire Nord  
St-Jean-sur-Richelieu (Québec)  
J3A 1C3  
450 348-4931

## Centres de distribution des produits de soins Personne porteuse d'une stomie

**Pour votre premier achat :** Nous vous recommandons ces distributeurs afin d'obtenir rapidement les différents produits nécessaires à vos soins de stomie.

### Ailleurs au Québec

**Uniprix Nicolas Blanchette  
et Patrice Grenier**

126, rue Hériot  
Drummondville (Québec) J2C 1J8  
819 472-1121

**Centre de stomie du Québec Inc.**

1624, 1<sup>re</sup> Avenue  
Québec (Québec) G1L 3L6  
418 522-1268 ou 1 800 463-5318

**Centre orthopédique  
et de stomie de Sorel**

265, boul. Fiset  
Sorel-Tracy (Québec) J3P 3P9  
450 780-2825

**Médi-Santé**

867, boul. Saint-René Ouest  
Gatineau (Québec) J8T 7X7  
819 243-1717 ou 1 888 243-1718

**Pharmacie Jean Coutu**

114, rue St-Germain Ouest  
Rimouski (Québec) G5L 4B5  
418 723-2459

**Centre de stomie de la Mauricie**

226, boul. Thibeau  
Trois-Rivières (Québec) G8T 6Y1  
819 378-4204

**Les entreprises médicales de  
l'Outaouais**

131, boul. Gréber  
Gatineau (Québec) J8T 3R1  
819 205-9111 ou 1 800 363-3498

**Pharmacie Proxim  
Côté & Goulet & Savard**

45, avenue Principale  
Rouyn-Noranda (Québec) J9X 4P1  
819 762-0818

**Ergo Santé**

179, boul. St-Joseph  
Gatineau (Québec) J8Y 3X2  
819 776-5363 ou 1 877 239-5363

**Médecus Oxybec**

981, rue King Ouest  
Sherbrooke (Québec) J1H 1S3  
819 566-8711 ou 1 800 361-9911

### Service à la clientèle des compagnies :

**Coloplast**

1 888 880-8605  
www.coloplast.com

**Hollister**

1 800 263-3263  
www.hollister.com

**Convatec**

1 800 465-6302  
www.convatec.com

# Liste du matériel au départ

## Personne porteuse d'une colostomie/iléostomie

Nom de l'utilisateur : \_\_\_\_\_

Complétée par l'infirmière : \_\_\_\_\_ Le \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_  
année mois jour

### Crème hydratante

Crème barrière Brava (tube 60 ml) ..... Cie Coloplast #12000

### Protecteurs cutanés liquides

Adapt **sans alcool** (sachet) ..... Cie Hollister #7917

Cavilon **sans alcool** (sachet) ..... Cie 3 M #3344E

### Protecteurs cutanés solides

Pâte Stomahesive ..... Cie ConvaTec #183910

Pâte en bâton ..... Cie Coloplast #2655

Poudre Stomahesive ..... Cie ConvaTec #025510

HolliHesive (carré 4" x 4") ..... Cie Hollister #7700

Stomahesive (carré 4" x 4") ..... Cie Convatec #21712

Eakin Cohesive (petit anneau) ..... Cie ConvaTec #839002

### Dissolvants d'adhésif

Tampons Adapt **sans alcool** (sachet) ..... Cie Hollister #7760

Lingettes Niltac **sans alcool** (sachet) ..... Cie ConvaTec #420788

### Accessoires

Diachylon Micropore **blanc**     1 pouce     2 pouces ..... Cie 3 M

Diachylon Mefix 5 cm x 10 m ..... Cie Mölnlycke #310500

Fermeture ..... Cie Hollister #8770

Ceinture     moyenne #7300     grande #7299 ..... Cie Hollister

Éliminateurs d'odeurs M9

• Gouttes     1 oz #7715     8 oz #7717    Cie Hollister

• Vaporisateur     2 oz #7732     8 oz #7733    Cie Hollister

Système Nouvelle Image/New Image		Compagnie Hollister	
Mesure maximale de la découpe du champ protecteur	Collerettes port régulier Colostomie (5 par boîte)	Collerettes port prolongé Iléostomie (5 par boîte)	Sacs plastiques avec tissu (10 par boîte) + 1 fermoir
⊗ 1 ¼ pouce	<input type="checkbox"/> 1¾ po (44mm) #14202	<input type="checkbox"/> 1¾ po (44mm) #14602	<input type="checkbox"/> 1¾ po (44mm) #18122
⊗ 1 ¾ pouce	<input type="checkbox"/> 2¼ po (57 mm) #14203	<input type="checkbox"/> 2¼ po (57 mm) #14603	<input type="checkbox"/> 2¼ po (57 mm) #18123
⊗ 2 ¼ pouces	<input type="checkbox"/> 2¾ po (70 mm) #14204	<input type="checkbox"/> 2¾ po (70 mm) #14604	<input type="checkbox"/> 2¾ po (70 mm) #18124
⊗ 3 ½ pouces	<input type="checkbox"/> 4 po (102 mm) #14206	<input type="checkbox"/> 4 po (102 mm) #14606	<input type="checkbox"/> 4 po (102 mm) #18176 (ultra clair)

**SI AUTORISÉE PAR L'INFIRMIÈRE STOMOTHÉRAPEUTE**

<input type="checkbox"/> Collerette NI <b>convexe</b> (port prolongé)	(⊗1 po)	1 ¾ po (44 mm)	#14802
<input type="checkbox"/> Collerette NI <b>convexe</b> (port prolongé)	(⊗1½ po)	2 ¼ po (57 mm)	#14803
<input type="checkbox"/> Collerette NI <b>convexe</b> (port prolongé)	(⊗2 po)	2 ¾ po (70 mm)	#14804

**\*\*IMPORTANT** : NE PAS OUBLIER D'INDIQUER LE SAC COLLECTEUR **NOUVELLE IMAGE/NEW IMAGE (NI)** CORRESPONDANT À LA DIMENSION DE LA COLLERETTE, VOIR CI-HAUT.

Compagnies	Produits	Numéros

**Veillez conserver cette liste pour vos prochains achats**

## CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

---

### Hôpital Maisonneuve-Rosemont

5415, boul. de l'Assomption  
Montréal (Québec) H1T 2M4

 514 252-3400

 [ciuss-estmtl.gouv.qc.ca](http://ciuss-estmtl.gouv.qc.ca)

D'autres publications et ressources d'intérêt sur la santé sont disponibles sur le site Internet du Centre d'information pour l'utilisateur et ses proches (CIUP).

 <http://biblio.hmr.qc.ca/in/fr/ciup>

Tous droits réservés

© CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, HMR, 2019

CP-CHR-082

---

**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Est-de-  
l'Île-de-Montréal**

Québec 