

# Un guide clair pour une peau péristomiale saine





Si vous vivez avec une stomie, vous risquez de présenter, tôt ou tard, des problèmes cutanés autour de votre stomie.

**Cette zone anatomique s'appelle la peau péristomiale.**

Parce que les irritations cutanées sont courantes, beaucoup de gens croient qu'il faut endurer les problèmes de peau parce qu'ils font tout simplement partie de la vie avec une stomie. Dans certains cas, ils ne réalisent ni n'acceptent qu'ils ont un problème.

Une peau douloureuse et irritée peut empêcher le patient de poursuivre ses activités quotidiennes, ou au pire, devenir débilite.

Supporter une irritation cutanée sans la faire examiner risque de causer des problèmes physiques ou mentaux sur le chemin vers une bonne santé à long terme.

Alors, selon vous, quelles doivent être l'apparence et la sensation d'une peau saine?

L'apparence et la sensation de la peau péristomiale ne doivent pas être différentes de la peau du reste de votre abdomen.

“

Selon certaines études, **67 %** des personnes présentant des problèmes cutanés légers et **56 %**, des problèmes cutanés graves, ne se rendaient même pas compte du problème et ne cherchaient donc pas d'aide de leur infirmier(ère) spécialiste en soins des stomies ou de leur médecin!

”

**Regardez d'un peu plus près.**

Utilisez un miroir si c'est plus facile ou prenez une photo avec un téléphone cellulaire pour vérifier et surveiller la santé de votre peau en gros plan.

**Communiquez avec nous.**

1-800-465-6302



# Comment détecter les problèmes de peau péristomiale



## Sensation

**La peau vous démange-t-elle** ou est-elle sensible sous votre barrière cutanée?

**Votre peau semble-t-elle humide**, chaude ou présente-t-elle une apparence mouillée?



## Apparence

**Comparativement** à la couleur de votre peau sur le reste de votre corps, est-elle ici plus rose, rouge ou enflammée?

**Voyez-vous des ampoules ou un suintement?**

La couleur redevient-elle normale peu après le retrait de la barrière cutanée?



# Conseils pour mieux prendre soin de la peau péristomiale



- Changer de sac régulièrement.
- Retirer délicatement la barrière cutanée du haut vers le bas - un dissolvant d'adhésif peut aider.
- Nettoyer la peau autour de la stomie avec une lingette imbibée d'eau tiède.
- Assécher complètement votre peau avant d'appliquer le prochain sac.
- Inspecter votre peau à chaque changement de barrière cutanée.
- Appliquer une barrière cutanée au besoin.
- Vérifier que l'ouverture découpée dans votre barrière cutanée est de taille appropriée pour votre stomie.
- Appliquer la barrière cutanée solidement autour de votre stomie en vous assurant qu'il n'y a pas d'espaces ni de plis sur la barrière cutanée.



- Utiliser du savon ou d'autres solutions pour laver la peau.
- Trop compliquer votre routine de changement de sac.
- Attendre que votre sac fuie pour le remplacer.
- Retirer votre sac trop rapidement.
- Ne pas vous préoccuper des changements à la peau autour de votre stomie.
- Tenter de régler vos problèmes de peau seul. Demandez plutôt de l'aide de votre infirmier(ère) spécialiste en soins des stomies.

**Présentez-vous des problèmes cutanés actuellement ?**  
**Conservez un dossier de photos de votre peau péristomiale. Ce dossier est utile pour surveiller et détecter l'apparition de changements.**

**Communiquez avec nous.**

1-800-465-6302



# Comment classer les problèmes de peau péristomiale

Il est important de savoir que tous n'éprouvent pas des problèmes de peau autour de leur stomie. Cependant, votre peau peut se détériorer en très peu de temps si elle n'est pas surveillée régulièrement.

Toute irritation cutanée illustrée ici peut être traitée. Quelle que soit la gravité de vos symptômes, il est important de demander de l'aide.

1. LÉGER

2

3

4

5

6

7

8

8.  
GRAVE



**Même si l'irritation n'est que légère, il est recommandé de demander conseil.**

Certains problèmes de peau péristomiale ne disparaissent pas d'eux-mêmes et nécessitent des soins. Vous devez anticiper une peau péristomiale saine. La plupart des problèmes peuvent se régler en changeant de produits, de routine ou avec plus de soins.

# Causes courantes des problèmes de peau péristomiale

- **Fuites** Une peau saine exposée à des selles ou à de l'urine sous la barrière cutanée risque de se rompre rapidement.
- **Pression** Les ceintures et certains vêtements peuvent exercer une pression sur la zone de la stomie.
- **Dimensions de la stomie** Assurez-vous que l'ouverture de la barrière cutanée est de dimensions adéquates. Celle-ci doit toujours épouser étroitement la stomie (1-2 mm de plus) pour la protéger contre les fuites.
- **Plis** Des plis sur la peau risquent de compromettre l'adhérence solide de votre barrière cutanée à votre abdomen et causer des fuites. Il vous faudra peut-être un produit d'une forme différente si votre stomie est à ras de peau ou rétractée.
- **Déchirure ou friction** Retirer la barrière cutanée trop rapidement risque d'arracher les couches supérieures de la peau. L'irritation peut s'aggraver si ce comportement est trop fréquent.

- **Sensibilité à la barrière cutanée**

Si la zone rouge de votre peau a la même forme que votre barrière cutanée, il peut s'agir d'un symptôme d'allergie ou de sensibilité au produit.

- **Remplacement du sac**

Il est possible que vous changiez de sac trop souvent ou les produits utilisés pourraient irriter la peau.

**Communiquez avec nous.**

1-800-465-6302



# Soutien et conseils pour vous aider à améliorer votre confort

**Si vous éprouvez des problèmes de peau et souhaitez du soutien ou des conseils**, un bon point de départ est de communiquer avec notre **Service des relations avec la clientèle** (infirmières sur place), du lundi au vendredi, de 8 h à 18 h (HNE) au **1-800-465-6302** ou par courriel à **convatec.canada@convatec.com**



1. Herlufsen, «Skin Disorders», bjon 2006, 15,15, 2184.  
2. Andrea Benn, spécialiste en affaires médicales, ConvaTec.

<sup>MD</sup> et <sup>MC</sup> sont respectivement des marques enregistrées et des marques de commerce appartenant à leurs propriétaires respectifs.