



Stoma
Skin
Soul

Tips og gode råd
om kolostomi

Tips & gode råd om kolostomi

Ordet stomi kommer fra græsk og betyder "mund" eller "åbning".

En stomioperation kan være en overvældende oplevelse, og det kan være vanskeligt at vide præcis, hvad du skal spørge om, og hvordan du skal forberede dig.

Med denne pjece tager vi fat i nogle af de tanker og bekymringer, du kan opleve omkring det at have stomi. I pjecen finder du generel information og råd om det at leve med en stomi. Vores håb er, at pjecen kan være med til at støtte dig og gøre livet med stomi lettere for dig.

"Da jeg fik stomi, bekymrede jeg mig om, hvordan folk ville reagere, men besluttede mig for at tale åbent om det. Nu føler jeg mig godt tilpas med min stomi."

Pasi

Informationen i denne pjece er generel vejledning og er derfor ikke lægefaglige råd. Vær opmærksom på, at råd og vejledning kan ændre sig. På vores hjemmeside finder du altid de nyeste vejledninger med opdateret information. Følg altid vejledningen til produktet for korrekt brug – og spørg din stomisyrgeplejerske til råds.

Indhold

Generel information - om din stomi og operation	4
Hvad er en kolostomi?	4
Fordøjelsessystemet	4
Hvorfor anlægges en kolostomi?	5
Hvordan anlægges en stomi?	5
Hvordan ser stomien ud og hvordan føles den?	5
Stomimarkering - hvor skal stomien sidde?	6
På hospitalet - de første dage efter operationen	8
At vågne op med en stomi	8
Hvordan virker stomien?	8
Pleje af din stomi og hud	9
Stomibandage	9
Når du skal skifte stomibandage	11
Sådan skifter du stomibandage	11
Bortskaffelse af poser	12
Hjemme igen - at leve med stomi	13
De første uger efter operationen	13
Kost	14
Rejser	18
Motion	21
Tillbage på arbejde	23
Følelser og seksualitet	24
Nyttige råd	25

Generel information

Om din stomi

Hvad er en kolostomi?

En stomi er en kirurgisk skabt åbning i mavetarmkanalen.¹

En stomi kan være midlertidig eller permanent, afhængigt af årsagen til, at man får den. Der findes tre typer stomier, og den type stomi, du skal have, kaldes en kolostomi. En kolostomi er dannet af tyktarmen.

Tarmen føres ud gennem bugvæggen og danner en åbning på maven, hvor din afføring kommer ud i stedet for den normale vej gennem endetarmen.

For at forstå hvordan din kolostomi ser ud og fungerer, kan det være en hjælp at se på, hvordan fordøjelsessystemet normalt fungerer.



Fordøjelseskanaalen

Fordøjelsessystemet

Fordøjelsessystemet – også kaldet mavetarmkanalen – er den del af kroppen, der fordøjer maden og producerer affaldsstoffer.

Fordøjelsessystemet er livsnødvendigt for, at vi kan holde os sunde. Føden indtages gennem munden og bevæger sig ned i mavesækken, hvor den blandes med mavesafterne. Blandingen skubbes ned i tyndtarmen (ileum), hvor kroppen begynder at fordøje og optage de næringsstoffer, den har brug for. Resterne fra denne proces bevæger sig videre ned i tyktarmen (colon), som optager væske, så indholdet bliver omdannet til fast afføring, der kommer ud gennem endetarmsåbningen.

Da en ileostomi er en stomi, der er dannet af tyndtarmen, er outputtet fra den flydende.

En stomi dannet af tyktarmen (en kolostomi) afgiver output, som har været igennem en større del af fordøjelsessystemet, og som derfor er relativ fast.²



Kolostomi

Generel information

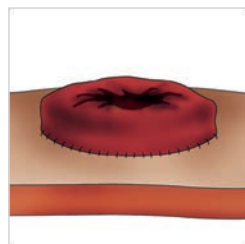
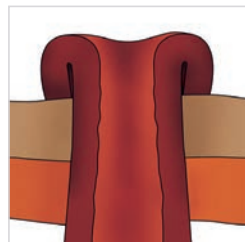
At få en kolostomi

Hvorfor anlægges en kolostomi?

Der er en række forskellige sygdomme og tilstande, der kan forårsage en kolostomioperation. Nogle af de årsager, der kan føre til denne type operation er:

- Cancer
- Divertikulitis
- Traume/perforering
- Forstoppelse
- Skader efter stråling

Din læge og stomisyeplejerske vil have drøftet årsagen til din operation med dig, og hvorfor du skal have en stomi.



Hvordan anlægges en kolostomi?

En kolostomi er dannet af tyktarmen. Tarmen føres gennem bugvæggen og krænges uden om sig selv, hvorefter kanten syes fast til huden.

Hvordan ser stomien ud og hvordan føles den?

Stomien er rød og fugtig. Farven og strukturen er som indersiden af din mund. Den kan stikke nogle centimeter ud, men kan også flugte med huden. Stomien er typisk ret hævet lige efter operationen, men vil normalt skrumpes i løbet af de første 6-8 uger efter operationen. Vær opmærksom på, at alle stomier er forskellige.³

Der er ingen nerver i stomien, så der er meget lidt eller ingen følelse i den. Det gør derfor ikke ondt at røre ved den. Da den indeholder mange små blodkar, bløder den nemt, hvis den bliver klemt eller gnedet for hårdt (f.eks. når du rengør den). Dette er helt normalt.³

Stomi



Stomi efter operation

Generel information

Hvor skal stomien sidde?

Stomimarkering går ud på at finde og markere det rigtige sted på maven til placering af stomien, så kirurgen kan se det, når stomien skal anlægges.

Det er vigtigt, at stomien placeres korrekt, da det forbedrer komforten og gør det nemmere at bandagere. En korrekt placeret stomi er med til at sikre, at du efter operationen kan bruge det samme tøj som før og genoptage dine aktiviteter.⁴

I de fleste tilfælde laver din stomisygeplejerske stomimarkeringen sammen med dig før operationen. For at gøre det så nemt som muligt at bandagere stomien og mindske risikoen for lækage, bør stomien placeres på et sted uden hudfolder eller ar. Efter at have vurderet din mave, når du står, sidder og ligger ned, markerer stomisygeplejersken det sted, der passer bedst.

Før operationen kan det være en god idé at øve med en kunstig stomi og en stomibandage. På den måde kan du tjekke placeringen og øve dig i, hvordan du åbner, lukker og skifter en stomipose.





Veltilpas med sund hud

Pasi

På hospitalet

De første dage efter operationen

At vågne op med en stomi

Når du vågner op efter operationen, vil din stomi være hævet, og du har sandsynligvis fået en tømbar stomipose sat på maven.

Du kan også have fået dræn, drop, et urinkateter og et smertekateter fastgjort til kroppen.

Du kan føle dig svag og følelsesladet, hvilket er helt normalt lige efter operationen.

Kort tid efter operationen får du en mindre stomibandage på. Du får typisk mulighed for at afprøve forskellige stomibandager, inden du bliver udskrevet, så du kan vælge den, der passer bedst til dig.

Hvordan virker stomien?

En kolostomi begynder normalt at fungere 2-5 dage efter operationen. Mængden og konsistensen af afføringen afhænger af, hvor på tyktarmen, stomien er anlagt. I gennemsnit skal en person med kolostomi skifte/tømme posen 2-3 gange om dagen.



- Husk, at der ikke findes dumme spørgsmål.



- Skriv observationer og spørgsmål ned i en notesbog eller dagbog.

På hospitalet

Stomipleje

Pleje af din stomi og hud

Området omkring din stomi, hvor stomibandagen sættes fast, kaldes det peristomale område. Den klæbende del af stomibandagen, som kaldes "klæberen" eller "pladen", er designet til at beskytte huden omkring stomien og samtidig give huden mulighed for at ånde.

Det er vigtigt, at du holder området omkring stomien rent og beskytter det mod output fra stomien.

Hvis huden omkring din stomi bliver irriteret, rød og øm eller begynder at klø, skyldes det oftest output fra stomien – ikke klæberen. Du skal derfor fjerne din stomibandage og vaske og tørre huden omhyggeligt, inden du sætter en ny bandage på. Hvis din hud stadig er irriteret efter nogle dage, skal du kontakte din stomisygeplejerske.⁵

Stomibandager

Du kan vælge mellem to slags bandager: 1-dels stomibandager og 2-dels stomibandager.

En 1-dels bandage består af en stomipose med en integreret klæber.

En 2-dels bandage består af en stomipose og en separat klæber eller plade, der forbindes med et koblingssystem.



- Husk, at din stomi er unik – ikke to stomier er ens.

Tips og gode råd i den første tid



- Brug bløde klude til at tørre huden med.
- Mange stomier er ikke runde. Du skal være omhyggelig med, at hullet i pladen passer godt til din stomi.
- En nem måde at måle din stomi på er ved at bruge en skydelære eller en papskabelon med en måleguide. Pladens dækfilm kan benyttes som skabelon. Måske kan det være en hjælp for dig at stå foran spejlet, når du måler din stomi.
- I de første måneder efter operationen bør du måle stomien en gang om ugen, da den vil ændre størrelse. Herefter er det en god ide at måle stomien, hver gang du åbner en ny æske plader/poser.
- Anvend kun cremer, der er beregnet til den peristomale hud. Påfør cremen i et tyndt lag, lad den trække ind i huden og tør eventuel overskydende creme af med en blød klud. Huden skal være helt tør, inden du sætter en ny plade på.
- En bule omkring stomien kan være tegn på brok, hvilket kan vanskeliggøre bandagering af stomien. Kontakt din stomisygeplejerske for råd.
- En prolaps er en øget længde eller fremfald af stomien. Kontakt din stomisygeplejerske for råd.
- Hvis din stomipose lækker, skal den skiftes!
- Det er vigtigt, at du er forberedt og har alt nødvendigt udstyr klar, før du begynder på din stomipleje.
- Når du prøver en ny creme, gel eller vådserviet, bør du først teste den på et lille stykke af huden omkring stomien.

Læs vejledningen før brug for oplysninger om anvendelse, kontraindikationer, advarsler, forholdsregler og instruktioner. Advarsler og bemærkninger er angivet på side 27.

På hospitalet

Bandageskift

Når du skal skifte stomibandage

Du skal bruge

- Affaldspose
- Klemmer eller sikkerhedsnåle
- Toilettepapir og bløde klude til vask og tørring
- Vand til at vaske din stomi
- Ny pose og/eller plade
- Saks til at klippe i pladen (efter behov)
- Eventuelt andet tilbehør, som du benytter



Sådan skifter du stomibandage

- Hold tøjet væk fra stomien (klemmer eller sikkerhedsnåle kan bruges til at holde tøjet på plads).
- Det er en god ide at placere en affaldspose lige under stomiposen. Sæt affaldsposen fast i din bukselinning.
- Fugt et par bløde klude og brug dem som hjælp til at løsne klæberen.
- Tag forsigtigt den brugte stomipose/ plade af oppefra og ned. Hold igen på huden med de fugtige klude.
- Tør afføring af stomien og huden omkring den med toilettepapir eller bløde klude.
- Rengør omhyggeligt stomien og huden omkring den med vand og bløde klude.
- Tør efter med en ren, blød klud. Det er vigtigt, at huden omkring stomien er fuldstændig tør, inden du sætter en ny pose/plade på.
- Påfør ikke huden olier eller cremer med mindre det er anvist.
- Husk at tage dækfilmen af pladen, inden den påsættes.



- Når du vasker huden omkring stomien, bør du ikke bruge våd-servietter, desinficerende eller antiseptiske væsker, da de kan give hudreaktioner.



- Husk at tage din toiletpung med, når du tager hjemmefra.

På hospitalet/hjemme igen

Bortskaffelse

Når stomiposen er fyldt

Læg brugte stomiposer og klude i en affaldspose. Luk posen, og kassér den med andet affald.

Når du ikke er hjemme, kan du evt. pakke den brugte stomipose ind i flere lag, før du kommer den i affaldsspanden.



Brug for at fjerne hår omkring stomien?

Nogle har brug for at fjerne hår rundt om stomien. Den bedste måde at gøre det på er enten at barbere eller klippe hårene med en saks eller trimmer. Du kan også vådbarbere området med en ren engangsskraber. Barbér nænsomt og omhyggeligt i den retning hårene vokser. Del ikke skraber med andre. Brug ikke hårfjerningscreme eller -gel.⁶

Det er vigtigt, at huden bevares intakt, og at der ikke kommer røde knopper.



- Bleposer er gode til bortskaffelse af brugt affald.

Hjemme igen

At leve med stomi

De første uger efter operationen

Det vil tage dig noget tid at vænne dig til stomien og lære, hvordan den skal plejes. I den første tid efter operationen kan du føle, at du ikke er i stand til at klare det.

Efterhånden som du kommer dig og får flere kræfter, vil du finde det nemmere, og du vil kunne klare din stomipleje hurtigere og mere effektivt. Den første tid efter du er kommet hjem, vil dine daglige rutiner sikkert tage længere tid.

Efterhånden som du bliver fortrolig med din stomipleje, finder du en rutine, og bandageskift vil kun føje få minutter til din normale badeværelsesrutine.

Din mave kan stadig være øm efter operationen, så det kan være en god idé at bære løst tøj i de første par uger.

Bevæg dig rundt i huset eller haven hver anden time. Det hjælper på din blodcirkulation og mindsker følelsen af at være oppustet og utilpas.

For at mindske ubehag og risikoen for at udvikle brok omkring stomien bør du de første uger efter operationen undgå aktiviteter, som giver et pres på din maveregion.

Du bør ikke køre bil de første uger efter operationen. Det kan være en god ide, at du kontakter dit forsikringselskab for at høre, om de har særlige retningslinjer efter en maveoperation.

Rektale fantomsmerter

Det er normalt at føle trang til at tømme tarmen på normal vis, selvom den er sat ud af funktion. Sommetider kan det at sætte sig på toiletet få afføringstrangen til at forsvinde. Der kan komme lidt afføring og tarmslim ud af endetarmen, selvom den er sat ud af funktion.⁷



- Husk løbende at forny indholdet af din toilettaske
- Tag en lur om eftermiddagen, hvis du føler dig træt.

Hjemme igen

Kost

Vores krop har brug for forskellige typer af mad for at kunne komme sig og holde sig sund og rask.

Afhængigt af hvilken operation, du har været igennem, kan visse fødevarer give problemer i form af luft eller tilstopning. Tal med din stomisyegeplejerske om dette.

Kostcirklen en balanceret diæt



- Husk at drikke rigeligt med væske hver dag.
- Tal med din stomisyegeplejerske om, hvad der er bedst for dig at spise og drikke.

Efter de første par uger bør du

- Spise 3-4 regelmæssige måltider om dagen.
- Sørge for en varieret kost. Forsøg at spise lidt af alt i kostcirklen.⁸
- Introducer nye fødevarer langsomt.
- Drik rigelig væske hver dag, specielt vand.



Joshua

Hjemme igen

Kost

Tips og gode råd til at undgå lugt

- Hvis stomiposen er påsat korrekt, bør det ikke lugte fra den.
- Nogle fødevarer kan øge risikoen for lugt. Det gælder f.eks. løg, hvidløg, blomkål og kål. Undgå eventuelt dem, der påvirker dig.

Luft fra tarmen

Nogle mennesker producerer mere luft end andre. Hvis du havde problemer med luft i maven før din operation, vil det sandsynligvis ikke ændre sig efter operationen.

Luft i posen kan komme af, at man sluger luft, drikker væske med brus, taler mens man spiser, ryger eller tygger tyggegummi. Det kan også komme i forbindelse med visse fødevarer.⁹

Fødevarer, der kan give luft i maven:⁹

Føj disse fødevarer til dine måltider lidt efter lidt, og se hvordan du reagerer på dem:

- Grønne bønner
- Blomkål, broccoli, rodfrugter
- Løg, hvidløg
- Kål, spinat
- Æg
- Øl og kulsyreholdige drikkevarer
- Krydrier

Fødevarer, der kan give luft i maven



Føj disse fødevarer til dine måltider lidt efter lidt, og se hvordan du reagerer på dem:

- Grønne bønner
- Blomkål - broccoli - rodfrugter
- Løg - hvidløg
- Majs - ærter
- Abrikoser - bananer
- Kål - spinat
- Agurker
- Æg
- Fødevarer, der indeholder laktose/hvede hvis du er overfølsom

Hjemme igen

Rejser

At have stomi skal ikke afholde dig fra at rejse, uanset om det er ferie- eller forretningsrejser.

Rejseforsikring

Det er nødvendigt at tegne en rejseforsikring, når du skal ud at rejse. Husk at oplyse dem om tidligere sygdomme, og om at du har stomi.

Stomi rejsecertifikat

Certifikatet fås hos COPA (den danske stomiforening). Certifikatet kan hjælpe dig, hvis du har brug for at forklare detaljer omkring din stomibandage, når du skal igennem tolden eller lufthavnens sikkerhedskontrol. Det er oversat til flere sprog og kan hjælpe dig med at undgå misforståelser.

På rejse

Medbring altid størrelse, navn, bestillingsnummer og producentens navn på din stomibandage, hvis du skulle få brug for en ny forsyning. Det er også en god idé at have telefonnummeret på din leverandør med.



Helen



- Enhver vellykket ferie kræver planlægning.



- Husk at det er nødvendigt med en personlig rejseforsikring.

At rejse med fly - tips og gode råd



- Medbring altid dine stomiprodukter i håndbagagen – ikke i check-in bagagen.
- Da du ikke må have en saks med i håndbagagen, skal du huske at forberede (f.eks. klippe) stomiposerne/pladerne, før du pakker dem ned.
- Pak dobbelt så mange stomibandager, som du normalt bruger.
- Spring ikke måltider over, hverken før eller under rejsen. Husk at få rigeligt med væske, og vær forsigtig med alkohol og kulsyreholdige drikke.
- Det er en god ide at booke et sæde ved midtergangen.
- Vær forudseende, serveringsvognen kan gøre det svært at komme på toilettet.
- Sikkerhedsbæltet skal stadig bruges. Prøv at placere bæltet under eller over stomien.

At rejse med bil/bus - tips og gode råd



- Der er som regel toiletter på tankstationer og rastepladser, og de fleste turistbusser har et.
- Efterlad ikke dine stomibandager i bilen, når det er meget varmt, da klæberen kan begynde at smelte.

Mad og drikke på rejser

Ændringer i vandet, enten i dit hjemland eller udenlands, kan forårsage ændringer i tarmfloraen. Drik kun vand på flaske, når du er udenlands. Tjek at flasken ikke har været åbnet.

Vær opmærksom på, hvad du spiser og drikker for at minimere chancen for at få diarré.

Hjemme igen

At leve med stomi

Motion

Din stomi skal ikke afholde dig fra at træne eller være lige så fysisk aktiv, som du var før din operation. Tal med din stomisygeplejerske eller læge om kontaktsport eller tunge løft. Udover det bør du kunne lave de samme typer fysiske aktiviteter som tidligere.

Husk, at selv lette øvelser er gode øvelser for hjerte, led, muskler, lunger og dit generelle helbred.

Du har brug for lidt tid til at komme dig og gåture er et godt sted at begynde. Efter operationen er det fint at gå lidt rundt i din bolig eller have. Sæt nogle små træningsmål hver uge for gradvist at forbedre din styrke og udholdenhed. Det kan f.eks. være at gå i 10 minutter og herefter 15 minutter – eller gå bestemte distancer. Husk, at det ikke kræver løbeture på flere kilometer at komme i form igen. En 30 minutter gåtur hver dag er god for de fleste.



Pia



- Overdriv ikke og lyt til din krop (træn ikke for meget).
- Det vigtigste er at tage en dag ad gangen og give dig selv et skulderklap for hvert resultat, du når – uanset hvor småt det forekommer.
- Sæt dig et nyt mål hver uge, så du gradvist øger mængden af din motion.

Tips og gode råd om svømning



- At du har fået stomi skal ikke afholde dig fra at svømme – hverken i poolen eller i havet.
- Badetøj fås i mange forskellige typer, farver og designs. Vælg det, der er bedst til dig.



Lauren

Hjemme igen

Tilbage på arbejde

Hvor hurtigt du kan vende tilbage til dit arbejde afhænger af din operation

Inden du vender tilbage på arbejde, kan du eventuelt tale med din arbejdsgiver om muligheden for at begynde på deltid de første 2-4 uger.

De fleste arbejdsgivere er glade for at hjælpe, hvis de kan. Det at have stomi skal ikke afholde dig fra at vælge en bestemt type arbejde.

"Sammen med min stomisyeplejerske fandt vi den bedste placering af min stomi. Det var vigtigt, at jeg stadig kunne anvende min politiuniform."

Scott



- Hvis dit arbejde kræver tunge løft, kan et støttebælte være en god ide.



- Husk din toilettaske, da du kan få brug for den i løbet af dagen.

Hjemme igen

Følelser og seksualitet

Sygdom og fysisk skade, der forandrer dit liv, kan skabe en betydelig ubalance i din 'normale' verden. Det påvirker din krop og dit sind. Og det påvirker dem, du elsker, og som elsker dig. Måden du reagerer og bliver støttet på, kan være påvirket af mange faktorer – f.eks. om du har en partner eller er single, den familie, du er vokset op i (og om du er tæt på dem i dag), din personlighed, din religion, fællesskaber eller sociale netværk, du er en del af – og dine livserfaringer.

Hvem du er som person, hvad der er vigtigt for dig, og hvad du forventer af livet, er meget personligt.

Du er unik – og det samme gælder dit sexliv. Det er individuelt, hvor meget man udtrykker og værdsætter sin seksualitet. Der er derfor ikke noget, der er 'normalt', når det drejer sig om seksualitet. Mennesker har forskellige behov, og vores syn på seksualitet er ikke altid ens.

En ting du kan være sikker på er, at alt du drøfter med din stomisygeplejerske, bliver behandlet fortroligt. Hvis din stomisygeplejerske mener, at en anden person kan hjælpe, eller at du vil have gavn af at blive henvist til en anden sundhedsperson, vil dette altid blive drøftet med dig først.



- Selvværd handler bl.a. om at lære din krop at kende og acceptere forandringerne, ligesom du accepterer din stomibandage.
- Er du bekymret over at vise din bare krop frem, så overvej en top, en t-shirt eller et stomibælte, eller behold undertøjet på – ingen siger, at du absolut skal være nøgen.

Nyttige råd

Medicin

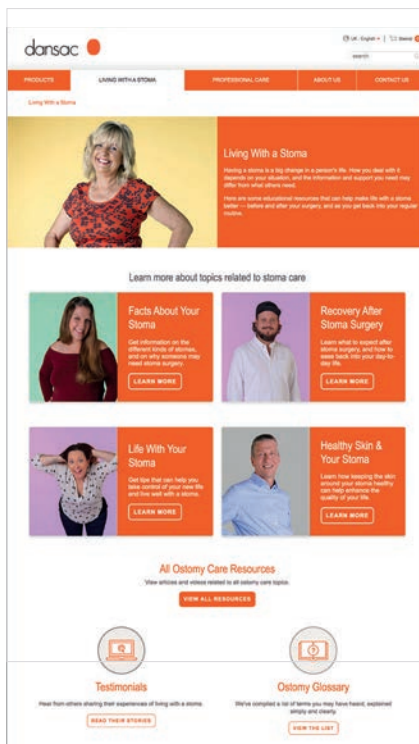
Når du har stomi, skal du være opmærksom på, at der kan opstå problemer, hvis du indtager medicin.

Medicin, der indtages gennem munden, optages primært i den første del af tyndtarmen. Der er mange faktorer, der har indflydelse på, hvordan kroppen optager medicin afhængigt af medicintype, dosering og den måde, medicinen indtages. Det at have stomi kan påvirke denne proces.¹¹

Generel information

Du finder mere information på www.dansac.dk, hvor du også kan bestille vareprøver.

Du er også velkommen til at kontakte kundeservice på 4846 5100 eller dk.salg@dansac.com.



- Det er en god idé at tømme stomiposen, inden du har sex.
- Hvis du ikke er klar til at dyrke sex, så tal om det med din partner. Foreslå et tidspunkt, hvor I sammen kan snakke situationen igennem. Begynd at flirte igen kys og kram er dejligt, og det er det også bare at holde i hånd.

Tips og gode råd om kolostomi

Advarsler: Genbrug af et engangsprodukt kan potentielt medføre risiko for brugeren såsom nedsat klæbeevne*. Genklargøring, rengøring, desinfektion og sterilisering kan kompromittere produktet. Dette kan medføre lugtgener eller lækage. Sørg for korrekt tilpasning som anvist. Hvis hullet i klæberen er forkeert eller der forekommer lækage, kan der opstå hudskader (f.eks. irritation, nedbrydning af huden, udslæt eller rødme). Dette kan reducere brugstiden.

Bemærkninger: For at sikre klæbeevnen skal produktet sættes på ren, tør, intakt hud*. Der må ikke benyttes olier eller lotion*. Disse produkter kan påvirke klæbepladens klæbeevne*. Tilpasningen af produktet påvirkes af mange faktorer såsom stomiens udformning, output fra stomien, hudens tilstand og kontur*. Kontakt en stomisygeplejerske eller læge for at få hjælp med stomibandagen ved irritation af huden. I tilfælde af alvorlig personskade (ulykke) i forbindelse med din brug af produktet bedes du kontakte den lokale distributør eller producent samt de lokale myndigheder. Se www.dansac.com/ authority, eller kontakt den lokale distributør, hvis du ønsker yderligere oplysninger.

*) gælder ikke for 2-dels poser

Referencer:

1. Sticker, L., Hocevar, B. and Asburn, J. (2016). Fecal and Urinary Stoma Construction. I: J. Carmel, J. Colwell and M. Goldberg, red., Core Curriculum. Ostomy Management. Wolters Kluwer, s.90.
2. Netsch, D. (2016). Anatomy and Physiology of the Gastrointestinal Tract. I: J. Carmel, J. Colwell and M. Goldberg, red., Core Curriculum. Ostomy Management. Wolters Kluwer, s.1-2.
3. Sticker, L., Hocevar, B. and Asburn, J. (2016). Fecal and Urinary Stoma Construction. I: J. Carmel, J. Colwell and M. Goldberg, red., Core Curriculum. Ostomy Management. Wolters Kluwer, s.91.
4. Mahoney, M. (2016). Preoperative preparation of Patients Undergoing a Fecal or Urinary Diversion. I: J. Carmel, J. Colwell and M. Goldberg, red., Core Curriculum Ostomy Management. Wolters Kluwer, s.105.
5. Salvadalena, G. (2016). Peristomal Skin Conditions. I: J. Carmel, J. Colwell and M. Goldberg, red., Core Curriculum Ostomy Management, 16:e utg. s.177.
6. Farrer, K., Kenyon, V. and Smith, A. (2001). Stoma Appliances, Specialist Nurse, and The Multidisciplinary Team. I: L. Calum and A. Smith, red., Abdominal Stomas and Their Skin Disorders. An Atlas of Diagnosis and Management, 2:a utg. London: Informa healthcare, s.47.
7. <http://www.colostomyuk.org/wp-content/uploads/2019/12/Rectal-Discharge.pdf> (Accessed 03 March 2020)
8. Nhs.uk. (2019). Online: <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: <https://www.healthline.com/health/foods-that-cause-gas> (Accessed 20 Nov. 2019).
10. Carmel, J. (2016). Specific Patient Management Issues. I: J. Carmel, J. Colwell and M. Goldberg, red., Core Curriculum. Walters Kluwer, s.144.

Veltipas med sund hud



Dansac & Hollister
Lille Kongevej 304I 3480 Fredensborg
Tlf.: 4846 5100 I dk.salg@dansac.com I www.dansac.dk

Læs vejledningen før brug for oplysninger om anvendelse, kontraindikationer, advarsler, forholdsregler og instruktioner.

Dansac logoet er Dansac A/S's varemærke.
© 2021 Dansac A/S I DK-001311 09/2021



dansac 
Dedicated to Stoma Care