



STELL AV STOMI

Planlagt stomistell anbefales utført når det er minst aktivitet på stomien, f.eks på morgenen før frokost.

Ved kløe/svie i huden ved stomien, kan det tyde på at avføringen ligger under platen, skift plate, for å unngå sår hud!

- Finn frem usterile nonwoven kompresser, mal/skyvelær, penn, buet saks, stomibandasje og avfallspose.
- Fest en avfallspose i bukselinningen for å unngå søl på klær og bruk den til avfallet.
- Løsne forsiktig den gamle platen med en fuktet kompress eller klebefjerner.
- Vask huden og stomien med lunkent vann. Vær nøye med å få vekk avføringsrester. Ikke gni, det skader ikke om rester av hudplaten sitter igjen.
- Tørk godt med usterile kompresser.
- Klipp riktig hull i platen. Bruk evt. mal/skyvelær. Ved ileo- og urostomi bør malen være lik stomiens diameter. Ved colostomi bør malen være 1-2 mm større enn stomiens diameter.
- Legg platen slik at den blir litt varm, for eksempel ved kroppskontakt. Platen fester raskere når den er varmet.
- Evt. hårvekst barberes skånsomt og medhårs.
- Fest ny stomibandasje. Brukes 1-delt stomibandasje tas beskyttelsesfilmen av, og platen legges på. Massér platen med to fingre inne ved stomien, før man masserer platen i ytterkant. Benyttes 2-delt stomibandasje tas beskyttelsesfilmen av, platen tilpasses over stomien. Massér platen med to fingre inne ved stomien, før man masserer platen i ytterkant. Deretter festes posen til platen.
- Alt som er igjen etter stomistellet er restavfall.

ANBEFALING AV SKIFTEFREKVENNS:

- **Colostomi**
 - 1-delt: Skiftes fra 1 til flere ganger daglig
 - 2-delt: Platen skiftes hver 2. eller hver 3. dag. Posen skiftes daglig eller ved behov.
- **Ileostomi**
 - 1-delt: Skiftes daglig.
 - 2-delt: Platen skiftes hver 2. dag. Posen skiftes daglig.
- **Urostomi**
 - 1-delt stomibandasje: Skiftes daglig.
 - 2-delt stomibandasje: Plate skiftes annenhver dag. Pose daglig.