

Margits vej til den gode garderobe

For 56-årige Margit var det ikke helt nemt at finde tøj, efter hun fik stomi. Bekymringen for lækage gjorde, at hun i den første lange periode efter operationen gik klædt i løst tøj i mørke farver. Hun tog dog sagen i egen hånd, fik kyndig rådgivning i den lokale tøjbutik og har nu en garderobe, hvor hun føler sig både velklædt og tryk.

Det hele startede i 2009. Her fik Margit konstateret endetarmskræft. Sammen med lægen valgte Margit, at stomien skulle sidde i højre side, over bukselinningen.

Det gik dog ikke som planlagt, og stomien kom i stedet til at sidde i venstre side, lige i taljen. Flere operationer og en række kemo-behandlinger fulgte, og Margit var samtidig i proces med mentalt at acceptere sin stomi og sin nye krop. Der skulle gå næsten et år, før hun havde accepteret sin stomi.

Lille blomst

For Margit involverede accept af stomien at kalde den noget andet end "min stomi". Valget faldt på "lille blomst", der er et positivt navn. Åbenhed var også vigtigt for Margit, og her blev hendes nærmeste involveret.

– Jeg satte mig sammen med min gode veninde og øvede en sætning om, hvad det vil sige at have stomi. Så var jeg klar, hvis jeg skulle fortælle andre, at jeg havde stomi, fortæller Margit.

Fra løst tøj til den helt rigtige garderobe

Med accepten af stomien kom også lysten til at klæde sig mere smart og ikke kun i mørkt, løst tøj. Samtidig havde Margit fundet frem

til de stomiprodukter, der passede til hende, og havde fået en god rutine, der gjorde, at bekymringen for lækage var blevet mindre.

At finde en ny garderobe, efter hun havde fået stomi, var dog ikke helt nemt. Margit købte en del tøj, som hun måtte returnere igen, da det simpelthen ikke passede til hendes nye situation. Så begyndte hun at bede om hjælp i sin lokale tøjbutik, der havde en dygtig ekspedient, som forstod Margits behov. Hun boede også en tid hos en undertøjsstylist i et stormagasin og fik øjnene op for, hvordan en skrædder kunne lave små justeringer i hendes tøj, især bukserne, der gjorde, at pasformen og komforten blev helt rigtig.

Har altid en plan A og en plan B

Margit har nu gennem årene fået så mange erfaringer med, hvilket tøj der passer til hendes krop og hendes stomi, men har alligevel altid en plan A og en plan B for, hvad hun skal have på. Hun ved nemlig aldrig helt, hvordan hendes stomi vil opføre sig, og kan derfor godt have planlagt et sæt tøj, hun vil have på til en fest, men kan på dagen være nødt til at erkende, at hun vil være mere tryk i et andet sæt tøj, hvor der er bedre plads til fx ballooning, og som er i mørkere farver, der kan camouflere en eventuel lækage.

”

“Jeg satte mig sammen med min gode veninde og øvede en sætning om, hvad det vil sige at have stomi. Så var jeg klar, hvis jeg skulle fortælle andre, at jeg havde stomi”

MARGIT





Påklædning, når stomien er i ro

Margit foretrækker at gå i bukser, der enten er lavtaljede eller højtaljede, da hendes stomi sidder lige i taljen. Når stomien er i ro, er Margit helt tryk ved at have en lys bluse på.



Påklædning, når stomien er urolig

Når Margit kan mærke, at stomien er urolig, stiller det helt andre krav til hendes påklædning. Her foretrækker hun at gå i løsere bluser i et mørkt, mønstret materiale, der giver plads til en oppustet mave, til ballooning og som mindsker bekymringen for at få en lækage, da materialet er camouflerende.





Undertøj var den største udfordring

Som for mange andre kvinder, der får stomi, var undertøj også en udfordring for Margit. Hun ville gerne have undertøj, der var feminint, men samtidig behageligt. Gennem årene og med hjælp fra en gratis undertøjsstylist i et stormagasin fandt Margit frem til, at hvis hun skal have blondetrusser på, så skal de sidde under posen. Blonder var ikke behagelige oven på posen. Til sport fandt hun nogle bløde trusser uden syninger med høj talje, der holder posen på plads og i det hele taget er rare at have på. Udover disse to alternativer bruger Margit også shapewear, der giver en god basis under tøjet og holder posen ind til kroppen. Shapewear er en størrelse større end normalt, så det ikke strammer for meget på posen.



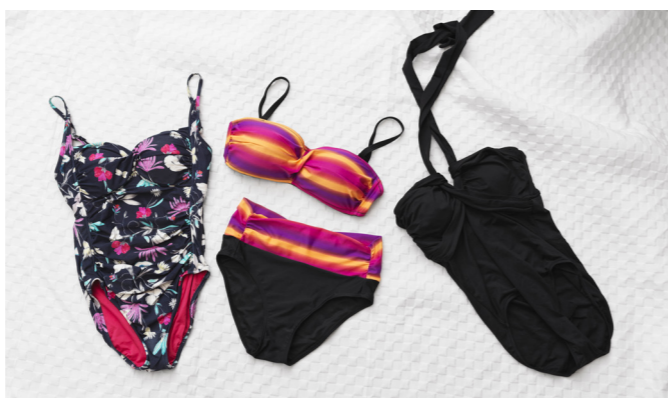
Trusser med blonder, der sidder under stomien.



Trusser i blødt, elastisk materiale, uden syninger, der sidder over stomien og holder posen på plads.

Undertøj til forskellige anledninger

Efter hun havde købt meget undertøj, som ikke passede, fik Margit rådgivning hos en undertøjsstylist. Her fik hun hjælp til at købe trusser, der passer til hendes forskellige behov. Trusserne med ben er gode under en kjole, da de holder posen ind til kroppen og giver en glat overflade, som kjolen sidder pænt henover. De højtaljede trusser holder posen på plads og er gode til sport og til hverdag. Når Margit har trusserne med blonder på, så hænger posen udover, da hun ikke synes, at det er behageligt med blonder oven på posen, da de glider.

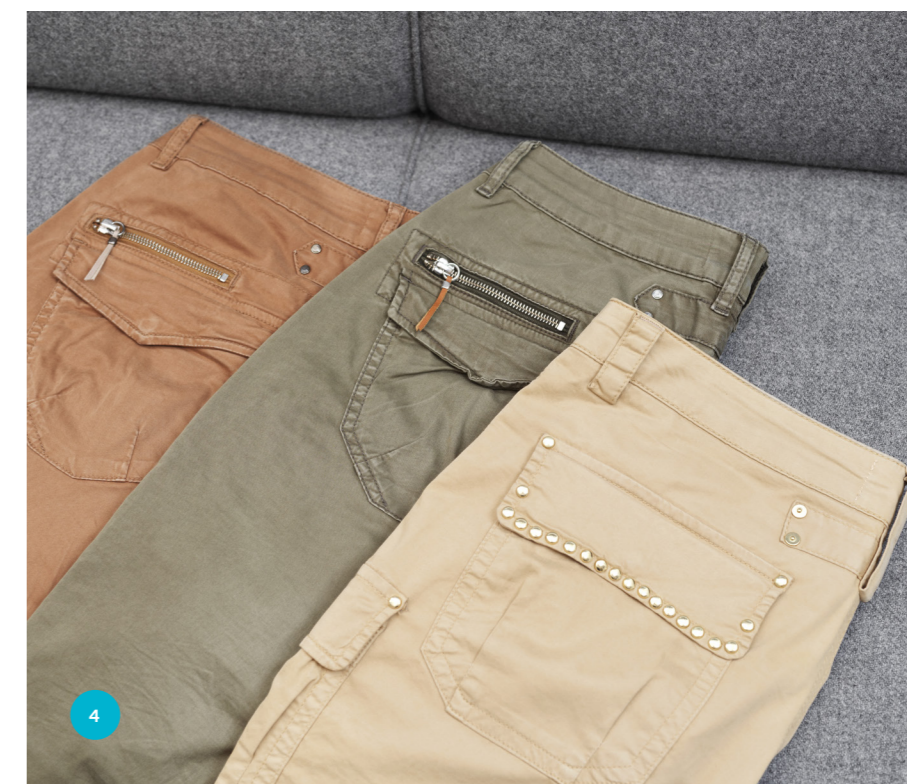


Badetøj

Den sorte badedragt gik Margit mest i lige efter operationen, men har siden hen købt den mønstrede badedragt, der bruges på ferier ved swimmingpool, og bikinien, der bruges på stranden. Her er der en kant, der vippe op over posen eller ned, alt afhængig af om man vil vise sin pose.



Margits garderobetips



1. Margit har fået disse bukser syet hos en skrædder, så de passer lige til hendes krop. Skrædderen har desuden syet et elastikbånd ind i den indvendige linning, så Margit kan justere størrelsen på linningen i løbet af dagen.
2. Når Margit går i jeans, vælger hun en højtaljet model med knapper samt et bælte. Hvis der kommer luft i posen, eller maven bliver større i løbet af dagen, kan hun justere linningens størrelse, så der ikke er noget, der strammer. Udover sine jeans har hun en løs skjorte i et mørkt mønster, så det ikke ses, at hun har åbnet en eller flere knapper i sine bukser.
3. Margit har købt flere løse, mønstrede skjorter, da de er gode til at camouflere posen og har god plads, hvis hun skulle opleve ballooning.
4. Da Margit fandt et par bukser, der sad godt, købte hun to mere i samme model, bare i andre farver.