

Kroppen forandrer sig ... hvad med din?

Hovedparten af de stomiopererede på Stomiklinikken på Aarhus Universitetshospital får før eller senere brug for en konsultation og et andet stomiprodukt, fordi kroppsfaconen ændrer sig. Hvis ikke det er på grund af vægtændringer eller brok, kan aldrig i sig selv være en faktor, konstaterer stomisygeplejerske **Pia Arensdorff**.

Det er meget få ting i livet, som ikke ændrer sig med tiden. Det gælder også en stomi og området omkring den.

– Rigtig mange fortsætter med startproduktet og glemmer, at ændringer af kroppen kan betyde noget, siger Pia Arensdorff.

Hun er stomisygeplejerske på Stomiklinikken på Aarhus Universitetshospital, og hun møder patienterne både før operationen og ved opfølgningerne efter udskrivelse.

– Hovedparten af de stomiopererede ændrer kroppsfacon med tiden og får brug for en konsultation. En konsultation, der ofte leder til et andet produkt, siger Pia Arensdorff.

Vægtændring er normalt

Ifølge hende er det individuelt, hvordan kroppsfaconen ændrer sig og dermed også individuelt, hvad løsningen er, hvis man får lækage og hudproblemer. Men generelt er vægtændringer en hyppig årsag.

– Det kan være vægttab, som giver folder i huden, eller vægtøgning, som gør stomien bredere og lavere, så man har gavn af et blødt konvekst stomiprodukt, som skubber stomien lidt frem, siger Pia Arensdorff og fortsætter:

– Det kan også være en bule eller et brok, der med tiden bliver så stor, at det flade stomiprodukt får rynker i kanten af klæberen, og hvor man eventuelt har brug for "konkave" stomiprodukter, som passer til kroppsformen og stomien.

Der kan også være andre stomikomplikationer, ligesom alder kan være en faktor.

– Testosteron hos mænd og østrogen hos kvinder aftager, og man får mere fedt og mindre muskelmasse. Det påvirker kroppsfa-

conen. Det er godt at træne, men det er svært at ændre ved naturen, siger Pia Arensdorff og påpeger et aspekt ved aldring, som i sig selv kan medføre lækage og hudproblemer.

– Huden ændrer sig. Den bliver lidt mere tør og mindre elastisk. Klæberen er lavet til at tage fugt fra huden for at klæbe optimalt, så der kan være behov for, at man får en anden klæber, eller at man begynder at bruge tilbehørsprodukter. Jeg anbefaler altid klæbefjernere for at skåne huden.



“Hovedparten af de stomiopererede ændrer kroppsfacon med tiden og får brug for en konsultation. En konsultation, der ofte leder til et andet produkt.”

PIA



4 gode råd fra stomisygeplejerske Pia Arensdorff

01

Tjek jævnligt, om hullet i klæberen passer til din stomi. Gør det til en vane at måle stomien, hver gang du åbner en ny æske stomiprodukter (for eksempel med 30 stk.). Et for lille hul er ofte årsag til lækage.

02

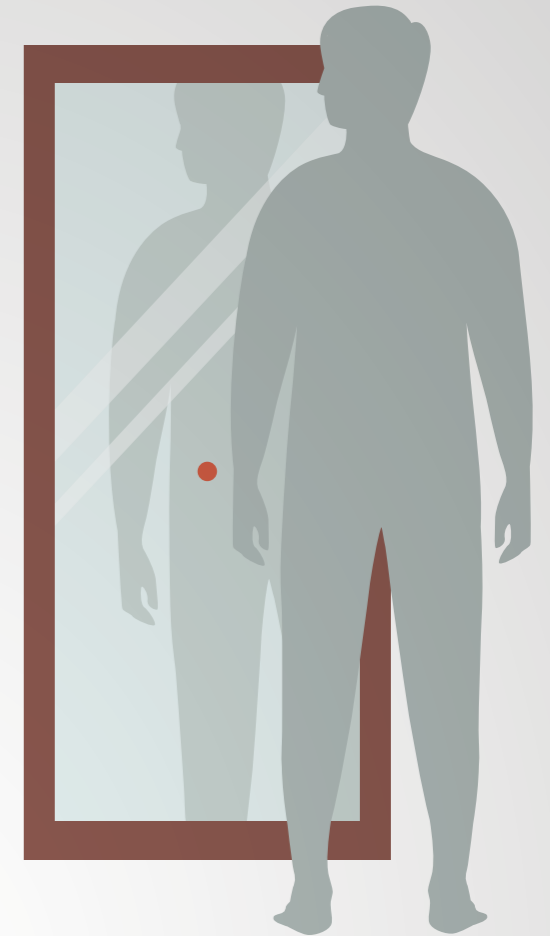
Vær opmærksom på vægtændringer. Hvis du ændrer kroppsfacon, kan det være, at et andet stomiprodukt er bedre egnet til dig, så du undgår lækage og hudproblemer.

03

Tænk over dit behov i forhold til din livsstil og arbejde. Begynder du at dyrke sport, hvor du sveder, går i svømmehallen eller noget helt tredje, hvor du ikke føler dig tryk med dit nuværende stomiprodukt, så tal med din stomisygeplejerske om andre muligheder.

04

Kom til tjek hos din stomisygeplejerske, så snart du oplever problemer.



Vær opmærksom på din krop. Ændrer din kroppsfacon sig, kan det være, at et andet stomiprodukt er bedre egnet til dig, så du undgår lækage og hudproblemer.

Man ser ikke selv problemet

Apropos tilbehørsprodukter betragter Pia Arensdorff dem, som det de er: tilbehør. Hvis man med tiden begynder at få problemer med lækage, bør man bogstaveligt talt søge ind til årsagen sammen med sin stomisygeplejerske og ikke begynde at "lappe".

– Når kroppsfaconen ændrer sig, og man får lækage, ser jeg ofte den misforståelse, at man begynder at bruge kantsikringer – nogle gange i flere lag. Men det er en forenklet løsning, for lækagen er stadig under klæberen, hvor den giver hudproblemer, siger Pia, der opfordrer sine patienter til at besøge stomiambulatoriet jævnligt – gerne en gang om året – da det kan afsløre kroppsændringer og stomiproblemer, som man måske ikke selv er opmærksom på.

– Tit er det sådan, at det jeg ser som et problem, ser den stomiopererede ikke selv. Det kan være hudproblemer, som man har levet med i mange år og har vænnet sig til. Men som stomiopereret skal man ikke tænke, at der skal være problemer. Det skal der faktisk ikke. Der er hjælp at hente. Så længe man har en stomi, har man adgang til en stomiklinik, siger Pia Arensdorff og understreger:

– Det rette stomiprodukt slutter tæt omkring stomien – uden lækage og hudproblemer – og giver mulighed for at leve et aktivt liv med livskvalitet. ●