

CeraPlus produktene inneholder Ceramid - hudens eget fettstoff som bidrar til bedret fuktighetsbalanse og økt motstand mot kjemiske iritanter. Ideell også for tørr, skadet og aldrende hud. Forsterket tapekant som følger huden optimalt og gir ekstra trygghet samt høyere grad av fleksibilitet.

CeraPlus m/tapekant

	45 mm	10x10 cm	13 - 30 mm		14500
	55 mm	10x10 cm	13 - 40 mm		15500
	70 mm	13x13 cm	13 - 55 mm		17500

CeraPlus – en meget fleksibel hudplate med en tynn, forsterket tapekant som følger huden optimalt. Den løftbare koblingsringen bidrar til enkel tilkobling og økt fleksibilitet.

Tømbare beige poser

			
Mini 350ml	Midi 580ml	Maxi 780ml	
45 mm	24743	24750	24760
55 mm	25743	25750	25760
70 mm			27760

CeraRing

18-48 mm	2 mm tykkelse	10stk pr.eske	8815
18-48 mm	4 mm tykkelse	10stk pr.eske	8805



For info om flere andre alternativer, ta kontakt.



Flat midi

25 mm	54225
30 mm	54230
35 mm	54235
15-64 mm	 28300



Soft konveks midi

25 mm	54025
30 mm	54030
35 mm	54035
15-25 mm	 54002
15-38 mm	 54000
15-55 mm	 54001



Konveks midi

25 mm	54625
30 mm	54630
35 mm	54635
15-25 mm	 54602
15-38 mm	 54600
15-51 mm	 54601



Flat maxi

25 mm	54325
30 mm	54330
35 mm	54335
15-64 mm	 58300



Soft konveks maxi

25 mm	54125
30 mm	54130
35 mm	54135
15-25 mm	 54102
15-38 mm	 54100
15-55 mm	 54101



Konveks maxi

25 mm	54825
30 mm	54830
35 mm	54835
15-25 mm	 54802
15-38 mm	 54800
15-51 mm	 54801

CeraPlus flat med tapekant

- ferdig hullede 1dels poser der sveisen mellom pose/plate er inntil stomiåpningen gir ekstrem fleksibilitet. Alle posene har inspeksjonsluke. Leveres også som oppklippbare varianter med stor klippeflate

CeraPlus Soft Konveks med

tapekant - er en lett buet plate som også er myk og fleksibel.

For å få rett trykk på rett sted anbefaler vi alltid å bruke et ferdig hullet produkt der det er mulig. Alle konvekse produkter har belteører, for de som vil ha nytte av ekstra støtte med stomibelte.

CeraPlus Konveks – er en lett, men lav, avstivet og buet plate for ekstra trykk rundt stomien. Med kun 4,16mm konveksitet økes muligheten for at tarminnholdet ledes inn i posen. Snakk med stomisykepleier om du tror dette er rett produkt for deg.

Oppdatert mars 2017

Reduser muligheten for komplikasjoner ved å forstå stomi-innholdet



For spørsmål eller mer informasjon, kontakt vår kundeservice

Telefon: +47 66 77 66 50
kundeservice.norge@hollister.com

Dansac and Hollister Norge,
Olav Brunborgs vei 4, 4 etg.
Postboks 273, 1377 BILLINGSTAD

www.hollister.no

Til deg med
Tynntarmsstomi



Grønn sone – Normal

- Konsistens som grøt eller smøreost
- Du tømmer posen mellom 4-8 ganger pr dag, avhengig av posens størrelse

Du er i **GRØNN** sone

- Fra en normal ileostomi skal det komme avføring med grøtaktig konsistens.
- Det er vanlig å tømme posen når den er omtrent 1/3 -1/2 full.
- Det er normalt at konsistensen varierer gjennom dagen, avhengig av hva du spiser og drikker, og hvor ofte du spiser og drikker.
- Vanligste årsak til at konsistensen blir tynnere er; inntak av grønne bladgrønnsaker, sterkt krydret mat, erter, linser og bønner. Merk at det er store individuelle forskjeller omkring dette. Tilstreb å spise vanlig og sunn mat. Introduser nye matvarer litt etter litt. Erfarer du at avføringen varierer mye kan det være smart å lage en matdagbok, da er det lettere å se om det er sammenheng mellom enkelte matvarer og avførings-konsistensen. Du oppfordres til å spise variert. Den maten du erfarer gir tynnere konsistens nå, kan vise seg å gi tykkere konsistens på et senere tidspunkt.
- Endringer i medisinerer kan også påvirke konsistensen på avføringen.
- Tilstreb å spise regelmessig, helst ikke mer enn 3-4 timer mellom hvert matinntak.
- Drikk så mye at urinen din har lys farge. For mange vil det si omtrent 2 liter pr dag. Drikk jevnt utover dagen.
- Så sant du ikke har fått beskjed om annet kan det det være lurt å salte maten litt mer enn vanlig. Du taper mer salt fra tynntarmstomien enn du gjorde før du ble operert, og det kan være nødvendig å erstatte dette. Mange føler seg “salt-sugne”, og det er ofte et signal om at du trenger noe erstatning. Spør legen eller stomisykepleier hva som er best for deg.
- Noen har glede av å spise salte kjeks mellom måltidene. Det tilfører salt og kan bidra til å tykne avføringen.

Gul sone – Varsko

Har avføringen hatt vandig konsistens i mer enn 12 timer?

- Vurder mat/drikkeinntaket og øk mengden matvarer med mye stivelse så som loff, hvit pasta, poteter og ris dersom det ikke er i konflikt med andre sykdommer og kostråd du har fått
- Reduser mengden frukt, inklusiv fruktjuicer, og grønne bladgrønnsaker
- Start med imodium/loperamid 2mg ca 30 min før hvert måltid for å nedsette tarmperistaltikken
- Ikke drikk under måltidet, drikk enten 30 min før eller 30 min etter matinntak
- Observer fargen på urinen din, den bør ikke være mørkere enn strågul

Du er i **GUL** sone

- Hvis du erfarer løsere konsistens på avføringen, vurder matinntaket ditt.
- Kutt ut mat med høyt fiberinnhold og følg en lav-fiber diett for å redusere out-put.
- En lav-fiber diett består i hovedsak av loff, hvit pasta, hvit ris, poteter (most, kokt, stekt i ovn og kuttet er bra – dog uten sterkt krydder og mye fett), rotgrønnsaker (gulrot, kålrabi og nepe, og best om det spises som purè). Kjøtt, fjærkre og fisk.
- Start med Loperamid/Imodium 2mg 30 min før matinntak. Det er viktig å ta dem før mat siden virkestoffet Loperamid nedsetter tarmperistaltikken og tillater at mer væske absorberes fra avføringen. Om Loperamid tas sammen med/etter mat vil effekten reduseres.
- Når avføringen oppnår normal konsistens kan du gjenoppta dine vanlige matvaner og redusere Loperamid ettersom konsistensen tillater.
- Om du regelmessig opplever å være i gul sone kan det være smart å kontrollere blant annet elektrolyttstatus via blodprøve

Rød sone – Fare

Har avføringen hatt vandig konsistens i mer enn 24 timer?

- Ta kontakt med stomisykepleier/lege for råd
- Vær oppmerksom på signaler og symptomer på dehydrering; hodepine, svimmelhet, tørste, redusert urinmengde, mørk gul/ brunlig farget urin, prikking i huden og kramper.

I mellomtiden:

- Gjør klar rehydreringsdrikk og drikk denne gjennom dagen
- Ikke drikk vann selv om du føler deg tørst. Dette vil redusere enda mer av kroppens mengde av mineraler og sporstoffer
- Reduser inntaket av kaffe og te
- Ikke drikk kullsyreholdig drikk

Du er i **RØD** sone

- Lær deg tegn og symptomer på dehydrering; hodepine, svimmelhet, tørste, redusert urinmengde, mørkere farget urin, prikkinger i huden og kramper– og husk at du kan ha ett eller flere av disse symptomene

Vennligst ta kontakt med stomisykepleier eller lege snarest!

Dette kan du gjøre for å rehydrere deg;

- Reduser kaffe og te inntaket og kjøp en rehydreringsdrikk som du drikker gjennom dagen. Følg bruksanvisningen på pakken eller avklar med lege/stomisykepleier.
- Kroppen din trenger en riktig blanding av vann, salt og sukker for optimal funksjon og helse. Rehydreringsløsninger hjelper kroppen til å redusere tapet av væske og mineraler som er resultatet av høyt out-put fra en ileostomi.
- Du kan føle deg tørst, men om du drikker rent vann vil det renne “rett gjennom” og mengden tarminnhold vil enten holde seg høyt eller øke.