

# ストマ



**ストマとは、消化管や膀胱などが十分な機能を果たせなくなった時や、病気や手術の影響で腸を休ませる必要があるときに、手術によっておなかに新しく作られた、便や尿の排泄の出口のことを言います。ストマには人工肛門や人工膀胱があります。装着したパウチと呼ばれる袋に排泄物をためるなどして、日常生活をほとんど制限なく送ることができます。運動や温泉、海外旅行なども可能です。**

※オストメイト（人工肛門・人工膀胱のある人たち）について  
見ることができます。



## Q&A

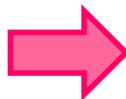
## ストマ



Q.ストマをつけると便がたまってくと膨らんでしまうのですが  
どうしたらめだたないですか？

A 私の場合はおなかの周りのゆったりした服装に  
しました。例えばTシャツを胸の下あたりで切ってそ  
こにスカートを縫い付けました。濃い目の色の方が  
もしもの時目立たなくていいです。いろいろな色で  
作ってみてはいかがですか？その下にスパッツをは  
くとストマも抑えられて便利でした。

※手づくりの洋服を作る動画  
を見ることができます。



### Q.ストマの時の食べ物は？

A.特に制限はありませんでしたが、私の場合は糖尿もありましたのでカロリーなどには気を使いました。またおなかのはるものはストマが、ぷーっと膨らんでくるのですがその時はガス抜きをすると大丈夫です。ストマの口が狭いのでよく噛んで食べないとストマの口に引っかかってでなくなり大変な思いをしました。例えば沢庵や漬物、かまぼこ等です。経験からなんでもよく噛んでたべることです。冷たい飲み物もゆっくり飲んだ方がいいですよ。またニラ、ニンニク、チーズ、卵などは便の臭いがきつくなるといわれていますが、ストマはほとんど臭わないので食べてもいいかなあとおもいます。私はブルーベリーを食べたとき、便が真っ黒になってびっくり！したことがあります。



## Q&A ストマ



Q.ストマの接着面がひりひりします。どうしたらいいですか？

A.排せつ物が漏れない装具を選ぶことはもちろんですが、それでも漏れてしまうことがあります。そんな時は排せつ物が皮膚についてヒリヒリしてしまうことがあります。パウチをはがすときは剥離剤を使いそっとはがします。弱酸性の刺激の少ない洗浄剤で優しく洗ってください。その後、使い捨てガーゼなどで優しく抑え水分を取ります。そのあとパウダーをかけパウチを装着します。装着するとき少しひっぱりおなかのストマとパウチの穴がきちんとあうようにします。それでもダメなときは、無理せず医師に相談してください。また、医科歯科にはストマ外来があり看護師さんがとても丁寧に指導してくださいます！



# ストマ 商品紹介

## ワンピース装具(単品系装具)

これはストーマ袋と面板が一体になっている商品のことで  
す。

ワンピース



メリット	<ul style="list-style-type: none"> <li>①面板が軽く柔らかい。</li> <li>②装着後のかさばりが少ない。</li> <li>③ツーピース装具と比べ比較的安価。</li> <li>④面板からストーマ袋が外れる心配はない。</li> </ul>
デメリット	<ul style="list-style-type: none"> <li>①ストーマ袋のみの交換ができない。</li> <li>②装着の際はストーマ袋を通じて行うためストーマの位置を確認しにくい。</li> </ul>

# ストマ

## 商品紹介

ツーピース  
ストーマ袋



ツーピース  
面板



<p>メリット</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○面板をつけたままストーマ袋のみ交換することができる。</li> <li>○目的に応じてストーマ袋の種類を変えることができる。(活動時・就寝時など)</li> <li>○装着する際にストーマの状態を直接観察できる。</li> <li>○面板がストーマ周囲のシワやたるみのある程度固定し、粘着する場所が安定する。</li> </ul>
<p>デメリット</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○フランジ部分が外れてストーマ袋が外れる可能性がある。</li> <li>○ワンピース装具と比較して厚みがある。(面板が粘着式のタイプを除く)</li> <li>○面板とストーマ袋を組み合わせる動作があり手先の器用さが必要。</li> </ul>



# ストマ 商品紹介

## 商品紹介

会社ロゴ	会社名	創業	代表ブランド
	アルケア	日本	セルケア・ユークアー・イレファイン プロケア
	イーキン	イギリス	イーキンドット・イーキンパウチ イーキンシール
	コロプラスト	デンマーク	センシュラミオ・センシュラ・アシュラ ブラバ
	コンバテック	アメリカ	エスティーム・バリケア・デュラヘーシブ アクティブライフ
	ダンサック	デンマーク	ノバ・ノバライフ・TRE
	ホルスター	アメリカ	モデルマフレックス・ニューイメージ やわびた・アダプト

会社の真横で記載

# ストマ 商品紹介

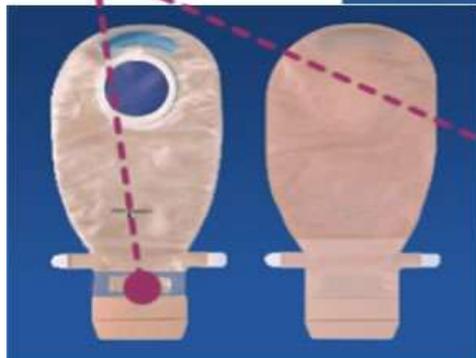
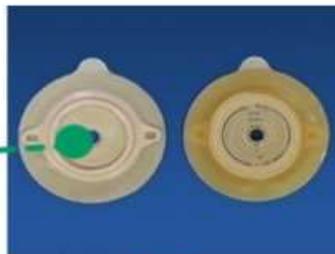
## 商品紹介

### 尿路ストーマ

面板とバッグが別々になり両者を組み合わせて使用します

面板 (めんいた)

バッグ



消化管用



尿路用

# ストマ 商品紹介

ワンピース（単品）系装具  
面板とバッグが一体化しています

