

# Stomioperert?



Boots HomeCare  
kan hjelpe deg!

*Boots* HomeCare  
Kompetanse og omsorg - rett hjem

## Om Boots HomeCare

Boots HomeCare er bandasjisten til Boots apotek. Hos oss kan du få både medisinsk forbruksmateriell, næringsmidler, legemidler og andre apotekvarer. Vi er spesialister på produkter innen stomi, inkontinens, kateter, ernæring, sårbehandling med mer. Hos oss jobber det mer enn 40 sykepleiere, flere med spesialutdanning innen stomi, sår og urologi. HomeCare har base på 16 av landets Boots apotek, men du kan få rådgivning og hjemlevering over hele Norge. Vår oppgave er å skape trygghet for deg som kunde og gi deg hjelp og støtte på veien mot en problemfri hverdag.

### Boots HomeCare har spesialkompetanse innen:



STOMI



INKONTINENS



ERNÆRING



KATETER



DIABETES



SÅRBEHANDLING



SIRKULASJON



LEGEMIDLER

## Om Stomi

Stomi er det samme som utlagt tarm. Ordet stomi betyr munn eller åpning, og stomien lages ved at tarmen eller en del av denne føres ut gjennom bukveggen og ut på huden, hvor den ytterste delen av tarmen vrenses (slik at det er innsiden på tarmen som vi ser) og sys fast i huden.

Årsakene til stomioperasjoner kan være medfødte misdannelser, skader og ulykker, kreft og kroniske tarm-betennelser som Crohns sykdom eller ulcerøs kolitt. Det finnes flere typer stomier og de er navngitt etter hvilken del av tarmen som er lagt ut:

- Ved Colostomi er deler av tykktarmen (colon) lagt ut. Det vanligste er at det er siste del av colon som legges ut på venstre side av magen og det kommer som oftest ut fast avføring. De fleste bruker en lukket stomipose.
- Ved Ileostomi er en del av tynntarmen (ileum) lagt ut. Den plasseres vanligvis på høyre side av magen. Ved ileostomi er avføringen tynntflytende/grøtete, da det er tykktarmen som i utgangspunktet absorberer væske. Det benyttes stort sett en tømbar stomipose.
- Ved anleggelse av en urostomi fjernes ca 20 cm av tynntarmen som brukes for å lage en urostomi. Den ene enden lukkes og den andre enden legges som en stomi, vanligvis på høyre side. Urinlederne som før gikk til blæra, koples nå på dette tarmstykket slik at urinen går ut gjennom stomien. Urinblæra kan enten fjernes eller bli liggende «brakk» inne i magen alt ettersom hva som er årsaken til operasjonen. Urinen flyter kontinuerlig og samles i en tømbar urinpose. Det kan også benyttes en nattpose.

# 20 582

Antall stomiopererte i Norge per 2017

# 3 715

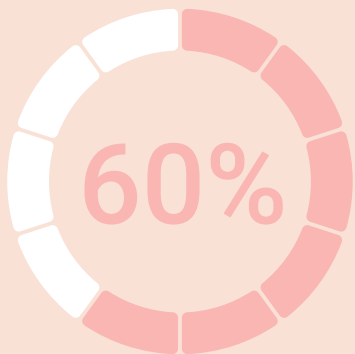
Antall stomirelaterte operasjoner i 2017

# 8 av 10

av disse var permanente stomier

## Tilbakemeldinger fra stomiopererte

NORILCO\* har gjennomført flere undersøkelser blant sine medlemmer, nedenfor er noen av tilbakemeldingene de har fått:



av de som er stomiopererte de siste tre årene fikk den oppfølgingen de trengte etter operasjonen<sup>1)</sup>



1 av 2 fikk i liten eller svært liten grad veiledning i å forebygge komplikasjoner<sup>2)</sup>



1 av 2 stomiopererte er bekymret for lekkasjer, lukt og sår hud etter operasjonen<sup>2)</sup>

**1 av 5** er ikke i stand til å skifte på sin egen stomi etter utskrivning fra sykehuset.<sup>2)</sup>

**1 av 3** er ikke fornøyd med oppfølgingen de har fått etter operasjon.<sup>1)</sup>



3 av 10 fikk i liten eller svært liten grad hjelp til å tilpasse velfungerende stomiutstyr<sup>2)</sup>

\*NORILCO er en landsdekkende organisasjon for stomi, reservoar og mage- og tarmkreft.

Kilder: 1) Utfordringer for stomiopererte i Norge, Norilco 2015, 2) Norilco brukerundersøkelse, REV 2018

## Internasjonale studier

Det er gjennomført mange studier relatert til stomi, nedenfor er et lite utdrag av funnene.

### En studie fra Gøteborg<sup>3)</sup> viser at stomiens størrelse kan endre seg i lang tid etter operasjon

En dårlig tilpasset hudplate (dvs en hudplate som ikke sitter tett rundt selve stomien) er ofte årsak til hudproblemer.

Vår anbefaling er derfor at man regelmessig følger med på og tilpasser hullstørrelsen på platen over en lengre periode.

Endring i størrelse på stomien (målt i diameter) etter operasjon:

Tid	Colostomi	Ileostomi
Dag 3-7	35 mm	35 mm
Dag 14	31 mm	28 mm
3 mnd	27 mm	27 mm
6 mnd	27 mm	26 mm
1 år	27 mm	25 mm
2 år	25 mm	26 mm

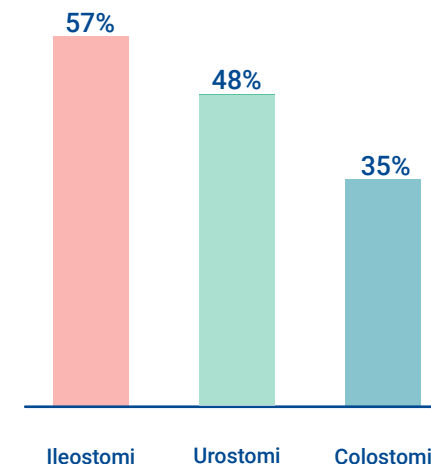
### En dansk studie<sup>4)</sup> fant at omtrent halvparten av alle stomiopererte opplevde hudproblemer og vanligste årsak var kontakt med stomi-innholdet (avføring/urin)

Andel som opplever hudproblemer, fordelt på ulike stomityper:

Tyntflytende stomi-innhold (avføring/urin) øker sannsynligheten for hudproblemer.

Ved ileostomi er innholdet tyntflytende/grøtete og her opplever 57% problemer.

Ved colostomi er innholdet mer fast, men selv der opplever 35% hudproblemer.

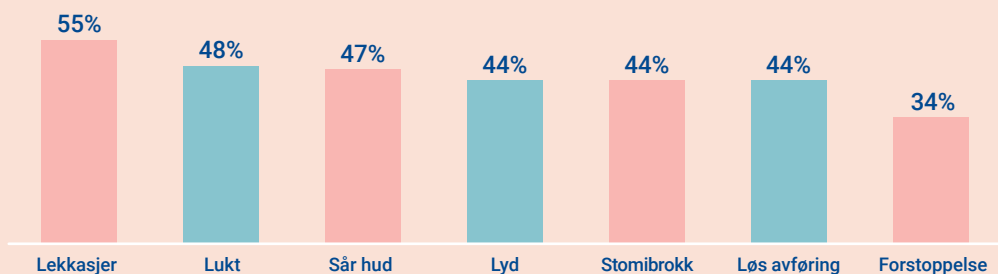


Kilder: 3) Stoma-related complications and stoma size – a two year follow up. E.Persson, I.Berndtsson, E.Carls-son, A.M.Hallén and E.Lindholm. Colorectal Disease, 2010, Vol.12, Issue 10, pg.971-976, 4) Ostomy Skin Study of peristomal skin disorders in patients with permanent stomas. British Journal of Nursing, 2006, Vol 15, No16.

## Informasjon og veiledning

For de aller fleste er det fullt mulig å komme tilbake til et aktivt liv med eventuell jobb og fritidsaktiviteter etter en stomioperasjon. Det er naturlig å ha mange spørsmål og bekymringer etter en operasjon. En studie foretatt blant medlemmer i NORILCO viste at mange er bekymret for lekkasjer, lukt, sår hud og lyd fra stomien.<sup>2)</sup>

### Bekymringer for stomiopererte



Som stomioperert er det mye nytt å forholde seg til og det er ikke alltid lett å få tilgang til stomisykepleier og/eller stomipoliklinikk. Her håper vi i Boots HomeCare å kunne være til hjelp og støtte for deg. Relevante temaer som vi kan gi deg gode råd og veiledning rundt er blant annet:

- Hvordan forebygge hudskader, lekkasjer, lukt og lyd
- Væskebalanse og kosthold
- Tilpasning av velfungerende stomiutstyr
- Praktisk stomistell

Kilder: 2) NORILCO brukerundersøkelse, REV 2018

## Boots HomeCare kan hjelpe deg som er stomioperert

### Enkel bestilling

Via telefon eller på nett. Vårt kundesenter har sykepleiere med høy faglig kompetanse på stomi som hjelper deg.

### Sykepleiere med høy faglig kompetanse

Vi har 40 sykepleiere over hele landet med spesialkompetanse på blant annet stomi. De kan gi deg personlig oppfølging og veiledning. Vi har også 3 stomisykepleiere.

### Apotek + bandasjist

Boots HomeCare er både apotek og bandasjist. Du kan derfor få legemidler og andre apotekvarer sammen med ditt stomiutstyr når du bestiller fra oss.

### Stomiklubben

Boots HomeCare har en egen klubb for deg med stomi. Du får en velkomstpakke ved innmelding, tilgang til en lukket Facebook-gruppe med stomisykepleier, 30% rabatt på apotekvarer når du kjøper stomiutstyr hos oss (egne vilkår gjelder) m.m. Les mer om Stomiklubben og meld deg inn her: <https://bootshomecare.no/stomiklubben>

### Hjemlevering av varer

Hos oss kan du få varene levert hjem på døren, til utleveringssted (butikk / hentepunkt) eller hente på apoteket.

### Personlig oppfølging og veiledning

Våre sykepleiere tilbyr oppfølging og veiledning relatert til stomiutstyr og refusjon. For deg som er ny kunde eller nyoperert kan vi lage en egen oppfølgingsplan i tillegg til den oppfølgingen du eventuelt får på sykehuset.

### Bredt sortiment

Boots HomeCare kan levere alt av stomiutstyr på refusjonslisten fra HELFO. Vi lagerfører fast et bredt sortiment av stomiprodukter, noe som sikrer deg rask levering etter bestilling.

### Fast levering

Du kan selv velge om du ønsker faste leveranser av stomiutstyr. Da vil dine varer bli levert regelmessig, uten at du trenger å bestille for hver gang.

# Kompetanse og omsorg – rett hjem

Boots HomeCare er den største aktøren i Norge innenfor sykepleieartikler og medisinsk forbruksmateriell. Vi er unike med vår rådgivningstjeneste, digitale bestillingsløsninger og våre ordninger for hjemlevering.

## HEMOCARE APOTEK OG KUNDESENTRER

- Akershus 23 37 66 00
- Arendal 37 00 42 05
- Askim 69 81 72 05
- Bergen (Spelhaugen) 55 17 60 12
- Drammen 23 37 66 00
- Fredrikstad 69 39 65 19
- Haugesund (Ørnen) 52 71 90 90
- Kristiansand 38 17 18 10
- Larvik 33 13 24 46
- Moss (Lilleeng Helsepark) 69 27 86 85
- Molde 71 25 92 05
- Oslo 23 37 66 00
- Sandnes (Samarit) 51 60 97 50
- Sarpsborg (Lande) 69 10 25 73
- Skien (Medicus) 35 51 98 08
- Stavanger Helsehus 51 50 11 30
- Tromsø (Kvaløysletta) 77 75 89 92
- Trondheim (LadeTorget) 73 53 37 20
- Ålesund (Moa) 70 17 80 55

Ta kontakt med vårt nasjonale kundesenter om du ikke bor i nærheten av ett av våre HomeCare apotek.

### Nasjonalt kundesenter:

**homecare.kundesenter@boots.no - 23 37 66 00**

**Mandag-torsdag kl. 8-16, fredag kl. 9-16**

**homecare.no**

The logo features the word "Boots" in a white, elegant script font with a red underline, followed by "HomeCare" in a white, bold, sans-serif font. A red heart symbol is positioned between the two words.