

## Schritt für Schritt Anleitung

### Versorgungswechsel

#### 1. Vorbereitung

Bevor Du mit dem Versorgungswechsel beginnst, bereitest Du alles dafür vor. Alles, was Du brauchst, muss griffbereit zurecht gelegt werden.

#### Liste der wichtigsten Utensilien:

Zurechtgeschnittene Basisplatte

Frischer Beutel

Pflasterentferner, zum lösen der alten Basisplatte

Hautschutztuch

Hautschuttring/ Paste

Vlieskompressen

Müllbeutel groß und klein

Falls nötig, Einwegrasierer

Großes Handtuch, zum umbinden

Wäscheklammern

Spiegel

2. Leg Dir das Handtuch um die Hüfte und befestige es mit Wäscheklammern.

Nun klemmst Du Dir den großen Müllbeutel am Handtuch ein. Sollte dies nicht halten, benutz Du einfach ein paar weitere Wäscheklammern.

3. Nun beginnst Du , die Basisplatte ganz vorsichtig von der Haut abzulösen. Nimm dazu Deine 2. Hand zur Hilfe, und zieh die Haut mit der flachen Hand ganz leicht nach oben.

Wenn die Platte ein wenig abgelöst ist, nimm Dir den Pflasterentferner zur Hilfe. Immer ein wenig sprühen und dabei die Platte von der Haut lösen.

Ist die Platte samt Beutel ab, landet das zusammen in dem kleinen Müllbeutel.

4. Nun nimmst Du ein Vliestuch, hältst es unter **kaltetes Wasser** und legst das Vlies um Dein Stoma.

Dreh das Tuch vorsichtig um Dein Stoma, um ihn zu säubern. (Das ist, als wenn man am Radio den Sender einstellt!) Anschließend das Tuch in den Müllbeutel, der vor Deinem Bauch hängt. Dann nimmst Du ein neues Vliestuch, machst es mit **warmem Wasser** nass, reinigst die stomaumgebene Haut. Dieses Tuch kannst Du für den Reinigungsvorgang 2 – 3 Mal bei diesem Versorgungswechsel verwenden. Danach bitte in den großen Müllbeutel.

5. Solltest Du rasieren müssen, dann gib auf das Vliestuch mit warmem Wasser 1 Tropfen PH neutrale Seife und verteile es aus der stomaumgebene Haut. Bitte nichts mit Feuchtigkeitsspendern oder Öl benutzen, das kann dazu führen, dass die Versorgung nicht hält.

Wenn die Haut leicht eingeschäumt ist, beginn vorsichtig mit dem Rasieren. Dabei bitte darauf achten, dass der Rasierer **NUR von INNEN nach AUSSEN** , also immer vom Stoma weg geführt wird, um Verletzungen am Stoma zu vermeiden.

Anschließend mit einem neuen Vliestuch und warmem Wasser die Haut von den Seifenresten und Haaren befreien.

## - Seite 2 -

6. Ob rasiert oder gereinigt, nun wird die Haut mit ca. 2 – 3 Vliestüchern getrocknet. Bitte das Stoma dabei nicht vergessen. Die Haut MUSS trocken sein, sonst kann es passieren, dass die Versorgung nicht richtig hält.

7. Wenn die Haut richtig trocken ist (dann fühlt sie sich weich und glatt an, und nicht stumpf) trägst Du den Hautschutz auf. Sei damit großzügig, damit die gesamte Haut geschützt ist, wo die Basisplatte sitzt.

8. Benutzt Du Paste, dann trägst Du diese nun auf. Dabei drückst Du eine Wurst aus der Tube, und sorgst beim auftragen dafür, dass die Paste ganz dicht an Deinem Stoma klebt, damit die Haut sicher abgedichtet ist.

Benutzt Du Hautschutzringe, ziehst Du die Schutzfolie ab und modellierst die Lochgröße auf Deine Stomagröße. Dann legst Du den Ring um Dein Stoma. Auch hier bitte darauf achten, dass die stomaumgebene Haut abgedichtet ist.

9. Nun kommt die neue Basisplatte drauf. Da nimmst Du die Platte in beide Hände und führst die von unten nach oben über Dein Stoma. Die Platte außen und innen noch ein wenig andrücken, dann kommt auch schon der frische Beutel drauf. Wenn Du das Problem hast, dass Du Dein Stoma von oben nicht richtig sehen kannst, dann nimm Dir einen Spiegel zur Hilfe, den Du schwenken und hinstellen kannst. Das wird Dir helfen, beim Wechsel.

10. Müllbeutel in den Müll, Handtuch ab, und noch 5 Minuten hinlegen und die frische Versorgung mit beiden Händen andrücken.

Wenn sich das alles eingespielt hat, dauert der gesamte Versorgungswechsel nicht länger als 5 Minuten.

Aber bitte nimm Dir Zeit dafür, denn unter Zeitdruck klappt das nicht und das bekommt auch Dein Stoma mit.