

Förberedelser inför en stomioperation

Du kommer att få information om stomin och om operationen. Om du vill ha stöd av en närstående under förberedelserna går det bra.

En stomiterapeut berättar om stomin

Det är oftast en stomiterapeut som ger dig information om stomin. En stomiterapeut är en specialistutbildad sjuksköterska och arbetar tillsammans med kirurgen som opererar dig. Stomiterapeuten kommer bland annat att berätta och visa följande:

- Vad en stomi är.
- Hur stomin ska skötas.
- Hur tarmarna eller urinvägarna kommer att fungera efter operationen.
- Vad som kommer att hända efter operationen.
- Hur det är att ha en stomi och hur det kan påverka det dagliga livet.
- Du kommer även få möjlighet att stomiträna före operationen. Det finns ett träningspaket som du kan få av din stomiterapeut och prova i lugn och ro hemma.

Stomins placering anpassas efter din kropp

Du kommer att få en markering på din mage före operationen som visar var stomin kommer att placeras.

När du får markeringen får du ligga på rygg, sitta och stå upp så att placeringen av stomin blir på ett ställe som känns bra. Det viktigaste är att stomin sitter på ett ställe där du ser den. Placeringen ska även anpassas efter magens utseende.

Placeringen görs oftast tillsammans med en stomiterapeut. Ibland är kirurgen som ska operera dig med.

Vad händer efter operationen?

Du får börja lära dig att sköta din stomi på sjukhuset efter operationen. På så sätt får du tid att vänja dig innan du lämnar sjukhuset. Hemtjänsten eller hemsjukvården kan hjälpa dig när du är hemma, om du har svårt att lära dig på sjukhuset.

Du ska få information om hjälpmedel som du behöver

Innan du lämnar sjukhuset ska stomiterapeuten berätta hur du får de hjälpmedel som behövs för att sköta stomin. Stomiterapeuten skriver ut de hjälpmedel som du behöver.

I de flesta regioner hämtar du ut hjälpmedlen på ett apotek. De ingår i högkostnadsskyddet precis som läkemedel.

► Läs mer på [1177.se](https://www.1177.se). Sök på Vad kostar läkemedel på recept?

I några regioner är hjälpmedel till stomier kostnadsfria. Du kan också få dem levererade hem eller till ett utlämningsställe.

Återbesök på en stomimottagning

Du träffar din stomiterapeut regelbundet det första året efter operationen. Då får du råd och lära dig mer om hur du ska ta hand om din stomi. Du får också prova ut vilken modell av stomipåse som passar dig bäst. Det kan ibland ta tid att hitta en påse som du trivs med.

Hur mycket hjälpmedel du behöver till stomin kan variera över tid. Du kan också komma på frågor när du har haft stomin ett tag. Därför är det viktigt att du håller kontakten med stomimottagningen så länge som du har en stomi.

Att leva med stomi

Det är olika från person till person hur man anpassar sig till att leva med en stomi. De flesta anpassar sig till den nya situationen och fortsätter att leva som tidigare. Det som är viktigt att komma ihåg är att en magoperation kan ta många månader att hämta sig från. På stomimottagningen kan du prata med en stomiterapeut om det som känns svårt.

Att vara närstående till någon med stomi

Prata med dina närstående om vad det innebär att leva med stomi, för att underlätta för dem att ge dig stöd. Berätta gärna om hur stomin fungerar och hur den ska skötas. Om du vill kan en närstående vara med när du ska träffa stomiterapeuten.

Komplikationer

Den vanligaste komplikationen är hudproblem runt stomin, under påsens häftplatta. Det kan gå över, men ibland kan du behöva få hjälp på en stomimottagning. Kontakta din stomiterapeut om dina hudbesvär inte läker efter några dagar. Då kan stomibandagen behöva kompletteras eller bytas ut.

Andra komplikationer kan vara förstoppning, bräck runt stomin eller höga flöden i stomin.

- ▶ Läs mer på [1177.se](https://www.1177.se). Sök på Stomi.
- ▶ Läs mer på [ILCO.nu](https://www.ilco.nu).
- ▶ Läs mer på [magotarm.se](https://www.magotarm.se)
- ▶ Läs mer på [magotarm.se](https://www.magotarm.se). Sök på Unga magar. Unga magar är en förening för personer upp till 30 år som har en inflammatorisk tarmsjukdom.