

CHU de Québec Université Laval
Direction des soins infirmiers

Guide d'enseignement

Chirurgie générale Urostomie

Une urostomie c'est quoi?

Le mot stomie vient du mot grec stoma qui signifie "ouverture-bouche-orifice". Une urostomie est une ouverture créée par voie chirurgicale au niveau de l'abdomen permettant l'évacuation de l'urine. L'urostomie est généralement permanente. Une partie du petit intestin, le conduit iléal, est utilisé pour créer votre urostomie. Il est fixé à la peau par des points fondants.

Puisqu'une urostomie n'a pas de sphincter (muscle), la personne n'a pas de contrôle sur l'évacuation de son urine. C'est pourquoi elle doit porter un appareil (sac) pour recueillir l'urine en permanence. Il est normal de retrouver des dépôts blanchâtres (mucus) dans l'urine.
L'urostomie est généralement située sous la taille, à la droite du nombril. Elle sera placée de manière à ce que la personne puisse la voir facilement et s'en occuper elle-même.

Les caractéristiques normales d'une urostomie :

- Elle est rouge et ressemble à l'intérieur de votre bouche.
- Elle st insensible et peut saigner facilement au toucher, c'est NORMAL.
- Elle est retenue par des points fondants qui disparaissent d'eux-mêmes dans les 2 premiers mois.
- Sa dimension se stabilise dans les 4-6 semaines suivant la chirurgie.



Figure 1 Urostomie. *Source : Service d'illustration médicale, CHU de Québec-Université Laval, 2017.*

Quand consulter?

Voici des raisons de consulter l'infirmière du CLSC :

- Changement de couleur de l'urine.
- Fuites à répétition sous l'appareil.
- Diminution de la quantité d'urine.
- Présence de rougeur, de boutons, d'irritations, de saignement ou de plaies autour de la stomie.
- Sensation de démangeaison, brûlure ou douleur sous l'appareil.
- Appareil qui décolle trop tôt.
- Changement de couleur de la stomie (zones bleutées, noires ou pâles).
- Changement de grosseur ou de forme de la stomie.
- Apparition d'une bosse au pourtour de la stomie.

Si le problème persiste, consulter votre stomothérapeute.

Voici des raisons de consulter l'infirmière du CLSC, votre stomothérapeute, psychologue ou association des personnes stomisées de votre région.

- Se sentir moins bien dans son corps.
- Difficultés à établir des relations avec les autres.
- Sentiment de rejet ou d'incompréhension de la part de son partenaire.
- Se sentir seul au monde avec une stomie.

Voici des raisons de se rendre à l'urgence :

- Fièvre.
- Sang dans l'urine.
- Pas d'urine depuis plusieurs heures.

Après la chirurgie

L'infirmière vous enseignera comment installer et vider votre appareil. Vous pourrez avoir la visite d'une stomothérapeute. (La stomothérapeute est une infirmière spécialisée dans les soins de stomies, des plaies complexes et dans les problèmes liés à la continence).

Comment vider le sac ?

1. Le vider lorsqu'il est plein au 1/3.
2. S'asseoir sur la toilette.
3. Ouvrir la valve
4. Laisser couler l'urine entre vos cuisses dans la toilette



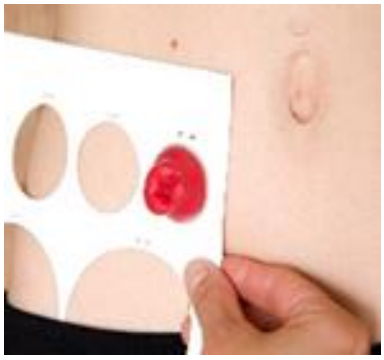
Figure 2 Vider le sac dans la toilette. *Source : Service d'illustration médicale, CHU de Québec-Université Laval, 2017.*

5. Refermer la valve.
6. Bien essuyer le bout de la valve avec du papier hygiénique.

Retour à domicile - Installation de l'appareil

Vous aurez le soutien du CLSC de votre région au besoin.
Matériel requis pour le changement d'appareil :
Collerette, sac, guide mesureur et pâte au besoin

1. Mesurez la stomie.



2. Enlever la pellicule protectrice.



3. Appliquer la pâte au besoin.



4. Placer la collerette autour de la stomie.



Quand changer votre appareil ?

La fréquence habituelle pour le changement d'appareil est de 1 à 2 fois par semaine.

Vous devez aussi changer l'appareil si vous remarquez :

- Décollement prématuré de l'appareil.
- Sensation de picotement ou de brûlure au pourtour de la stomie.
- Infiltration d'urine sous l'appareil

Les meilleurs moments pour changer votre appareil sont :

- Le matin, à jeun.
- Avant le coucher.

Où se procurer le matériel?

Le matériel nécessaire aux soins de votre stomie est disponible soit à la pharmacie, sur Internet ou dans un endroit spécialisé en produits médicaux

Entreposage du matériel

Le matériel pour les soins de votre stomie doit être rangé dans un endroit sec et tempéré.

Évitez de garder un appareil de rechange dans votre voiture. La chaleur ou le froid peuvent briser l'appareil.

Habitudes de vie

Soins de la peau péristomiale

Examinez votre peau péristomiale (au pourtour de votre stomie) à chaque changement d'appareil afin de voir toutes anormalités telles que :

- Lésions.
- Boutons.
- Irritations.
- Plaies.
- Excoriation (peau à vif).
- Rougeur.
- Suintement.

La peau péristomiale doit être la même couleur que la peau de l'abdomen.

S'il y a présence d'anomalie :

- Changez votre appareil 1 fois de plus au cours de la prochaine semaine. Cela vous permet de surveiller l'évolution de votre peau.
- Si persistance, contactez une infirmière du CLSC ou votre stomothérapeute.

En présence de poils :

- Coupez les poils avec un rasoir électrique ou avec un ciseau en laissant une longueur de 0.5cm. Cela permet une meilleure adhérence, diminue la douleur lors du retrait de l'appareil et évite les irritations.
- Utilisez un ciseau pour les poils près de la stomie afin d'éviter de la blesser

Bain et douche

- **Vous pouvez prendre un bain ou une douche** avec ou sans appareil, puisque l'eau ne peut pas entrer par la stomie et ne peut pas faire décoller l'appareil. Il n'est pas nécessaire de protéger l'appareil avec un plastique.
    - **Avec appareil :** Bien assécher à la sortie avec une serviette ou un séchoir à cheveux à air froid. Bien assécher sous le sac pour éliminer l'humidité. Si votre appareil est muni d'un filtre, vérifiez si vous devez apposer un collant (fourni dans les boîtes de sacs). Si l'eau pénètre dans le filtre, celui-ci ne sera plus efficace et le sac gonflera lors de gaz. Par contre, le sac est encore utilisable.
    - **Sans appareil :** Évitez de diriger le jet de la douche sur la stomie. Le jet pourrait blesser et faire saigner la stomie.
- L'huile de bain et plusieurs crèmes hydratantes empêchent l'appareil de bien coller à la peau.
- Les lingettes humides ne sont pas conseillées, car elles contiennent souvent des hydratants qui laissent un dépôt graisseux. Si vous voulez utiliser un savon, choisir des savons doux non parfumés.
- Si des résidus restent sur la peau malgré le nettoyage, utilisez un dissolvant à diachylon, mais il est recommandé de bien rincer par la suite.

Vêtements

- Habillez-vous comme à l'habitude. On doit pouvoir passer une main entre la stomie et le vêtement. Les vêtements trop serrés peuvent créer une pression sur l'appareil et provoquer des fuites.
- Vous pouvez utiliser une ceinture seulement si vous la portez au-dessus ou au-dessous de la stomie. Sinon, des bretelles peuvent être utilisées.
- **Videz l'appareil lorsqu'il est plein au 1/3**. Un appareil rempli d'urine décolle plus facilement et est plus apparent.
- Vous pouvez porter l'appareil au-dessus ou en dessous de vos sous-vêtements.

Alimentation

Il n'y a aucune restriction alimentaire. En suivant ces quelques conseils, vous éviterez certains désagréments.

- Il est important d'avoir une alimentation équilibrée basée sur le Guide alimentaire canadien et de boire beaucoup de liquides quotidiennement afin de prévenir les infections urinaires.
- Certains aliments ou breuvages peuvent donner une odeur particulière à l'urine (asperge, café, lait, cola, les jus et fruits citrins tels qu'orange, pamplemousse et citron).

- La consommation de jus de canneberges peut aider à diminuer les odeurs.
- Bien vous hydrater : boire au moins 1,5 litre de liquides par jour, dont la moitié, sous forme d'eau. Si votre urine est jaune foncé, vous devez augmenter votre hydratation (sauf si vous avez des restrictions).

Examens médicaux

Il est important d'aviser que vous avez une stomie lors d'examens médicaux. Au besoin, la préparation à l'examen sera adaptée à votre situation. Veuillez apporter les produits nécessaires pour vos soins de stomie.

Médicaments

Informez votre pharmacien et votre médecin de famille que vous portez une urostomie. Il est important de connaître les effets secondaires des médicaments surtout ceux en vente libre. Les produits naturels peuvent aussi avoir un effet sur vos urines.

Activités sportives et loisirs

- Obtenez l'accord de votre médecin avant de reprendre vos activités. Il est important de s'assurer que votre plaie et votre stomie soient guéries.
- Videz votre appareil avant toute activité et assurez-vous qu'il est bien étanche. Cela peut prévenir un décollement prématuré.
- Si vous êtes une personne qui transpire beaucoup, ajoutez un protecteur cutané sur la peau autour de votre stomie lors de votre changement d'appareil.
- Vous pouvez porter une ceinture pour stomie lors d'activités. Elle aide à stabiliser l'appareil.
- Protégez la stomie avec une coquille (protège stomie) lors de sport de contact (hockey, soccer, karaté).
- Changez l'appareil plus fréquemment si vous vous baignez souvent. Il existe des appareils plus résistants à l'eau, parlez-en à votre stomothérapeute.
- Lors de la baignade, vous pouvez opter pour un appareil de petit format ou fermé. Vous pouvez porter votre maillot habituel. Au besoin, il existe des maillots spécifiquement conçus pour les stomies.
- Le bain-tourbillon et le spa sont permis. Toutefois, le temps de port de la collerette peut être écourté.

Vie sociale

- Vous pouvez recommencer vos activités sociales dès que possible. Cela vous permettra de vous adapter plus facilement à votre situation. Le fait de renseigner ou non les gens de votre entourage au sujet de votre nouvelle situation est une décision personnelle. Souvent, plus on en parle, plus on se sent bien.

- Il existe des groupes de soutien vous permettant de rencontrer ou de parler à d'autres porteurs de stomie. Votre stomothérapeute peut vous diriger vers le groupe de votre région.
- Apportez un appareil de rechange en tout temps lors de vos sorties. Il existe des appareils jetables.

Sommeil

- Il est préférable de ne pas dormir sur le ventre, car vous pourriez blesser votre stomie et abîmer votre appareil.
- Videz votre appareil avant d'aller au lit.
- Connectez votre appareil à un sac de drainage.
- La valve peut se connecter à un sac de drainage pour la nuit en utilisant un adaptateur de même marque que l'appareil. Ceci évite que vous vous leviez la nuit pour vider votre sac.
- Rincez le sac de drainage avec une solution de vinaigre et d'eau à quantités égales 1 fois par semaine afin d'éviter l'accumulation d'odeur.
- Après l'intervention chirurgicale, le risque de décollement de l'appareil est plus grand, car la plaie et la stomie sont en processus de guérison. Vous pourriez placer une protection supplémentaire sur le matelas.

Voyages et déplacements

- Vous pouvez continuer à vous déplacer et à voyager comme bon vous semble.
- Le port de la ceinture de sécurité demeure obligatoire.
- Lors d'un voyage en avion, en train ou en autobus, gardez le matériel nécessaire aux soins de votre stomie dans un bagage à main.
- Apportez deux fois plus de matériel de soins de stomie, peu importe le voyage. Il est préférable d'avoir trop de matériel que d'en manquer, car certains types d'appareils ne sont pas toujours disponibles.
- Lors d'un long séjour, obtenez l'adresse d'un endroit spécialisé de produits médicaux dans la région visitée.
- Vérifiez plus fréquemment s'il y a présence d'air dans votre appareil lors d'un voyage en avion ou utilisez un appareil avec filtre. La cabine pressurisée pourrait favoriser le gonflement de l'appareil. Ne vous inquiétez pas, le sac ne peut pas exploser.
- Puisque maintenant nous ne pouvons plus conserver de ciseaux dans la cabine, découpez quelques appareils d'avance au cas où vous devriez en utiliser un.
- Si vous allez au soleil, n'oubliez pas de bien vous hydrater et d'appliquer votre crème solaire après avoir installé votre appareil.
- Il est prudent de prévoir un appareil de rechange lors de vos déplacements.

Grossesse

Discutez avec votre médecin avant d'envisager une grossesse. Il est important de s'assurer que votre condition de santé le permette. En général, il est recommandé d'attendre 4-6 mois après votre chirurgie. Si vous devenez enceinte, la stomie changera de forme et de dimension et vous adapterez votre appareil. Vous pouvez consulter votre stomothérapeute au besoin

Sexualité

- Vous pouvez mener une vie sexuelle active, à moins d'indications contraires de votre chirurgien. Il est normal que vous éprouviez des craintes face à la reprise de vos activités sexuelles. Prenez le temps de vous familiariser avec votre nouvelle image corporelle. Votre vie sexuelle peut être même plus satisfaisante puisque vous n'êtes plus malade.
- Le soutien de votre partenaire est un facteur important. Invitez-le à regarder votre stomie et à assister à un changement d'appareil durant votre séjour à l'hôpital ou dès votre retour à la maison. Ensemble, vous pourrez discuter plus facilement de votre nouvelle situation.
- Plusieurs personnes ont peur d'avoir des odeurs ou des fuites. Vous pouvez discuter de vos craintes avec une personne stomisée ou une personne en qui vous avez confiance.
- Plusieurs célibataires croient qu'ils ne pourront jamais établir une relation avec un nouveau partenaire. Évitez de brusquer les évènements. Prenez le temps de bien connaître l'autre et de laisser l'autre vous connaître. Montrez-lui un appareil et discutez de votre état de santé.
- Explorez diverses façons pouvant mener à une satisfaction sexuelle : différentes positions ou de nouvelles zones érogènes.

Voici certaines mesures qui peuvent aider :

- Videz votre appareil
- Assurez-vous que votre appareil est bien installé, propre et qu'il ne dégage pas d'odeur
- Vous pouvez porter un mini-sac ou un couvre-sac, une bande de Lycra ou un foulard pour plus de confort. Il existe de la lingerie adaptée pour les stomies
- Ayez un bon sens de l'humour.

Attendez 3 à 6 mois après l'intervention chirurgicale ou après la fin des traitements de chimiothérapie ou de radiothérapie avant de soupçonner une difficulté d'ordre sexuelle. Il peut arriver des problèmes physiques temporaires (impuissance, absence d'éjaculation, douleur à la pénétration, etc.) après la chirurgie ou des traitements de chimiothérapie ou de radiothérapie.

Soutien financier

Un soutien financier peut être offert selon divers programmes et organismes, selon l'intervention chirurgicale effectuée soit une stomie permanente ou une stomie temporaire.

Régie de l'assurance-maladie RAMQ

Stomie permanente ou stomie temporaire :
La régie de l'assurance maladie (RAMQ) alloue un montant annuel afin de défrayer les coûts inhérents au matériel nécessaire aux soins de votre stomie. Pour ce faire vous devez :

- Poster le formulaire RAMQ qui vous sera remis à votre départ dès votre retour à la maison. L'adresse postale est inscrite sur votre formulaire **OU**;
- Remplir le formulaire directement sur le site de la RAMQ à l'adresse suivante : https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/programmes-aide/appareils-personnes-stomisees;
- Prévoir un délai de 8-10 semaines avant l'obtention du montant alloué. Vous recevrez ce montant sans aucune autre demande à faire;
- Le montant forfaitaire est alloué chaque six (6) mois pour une stomie temporaire et annuellement pour une stomie permanente.

Assurance personnelle

Stomie permanente :
Vous devez vérifier votre contrat auprès de votre compagnie d'assurance. Pour certaines compagnies, un certificat médical attestant que vous avez une stomie permanente doit accompagner votre demande. La partie non remboursée peut être insérée dans votre rapport d'impôt.

Stomie temporaire :
Vous devez vérifier votre contrat auprès de votre compagnie d'assurance. Pour certaines compagnies, un certificat médical attestant que vous avez une stomie temporaire doit accompagner votre demande. La partie non remboursée peut être insérée dans votre rapport d'impôt.

Sécurité du revenu (aide sociale)

Stomie permanente ou stomie temporaire :
Vous avez droit au remboursement des frais qui excèdent le montant annuel alloué par la RAMQ. Veuillez consulter votre agent de prestation.

Personne en hébergement

Stomie permanente ou stomie temporaire :
La personne en hébergement dans une institution subventionnée n'a pas droit au montant alloué par la RAMQ par contre, le matériel nécessaire est fourni par l'institution. La personne en hébergement dans une institution non subventionnée a droit au montant alloué par la RAMQ, cependant le matériel nécessaire n'est pas fourni par l'institution.

Programmes spéciaux :

- Vétérans.
- Ministère des Affaires indiennes.
- GRC.
- Allocation familiale supplémentaire pour enfants handicapés.
- Société canadienne du cancer.

Stomie permanente :
Vous devez valider auprès de l'organisation de votre région pour connaître les modalités à suivre.

Stomie temporaire :
Vous devez valider auprès de l'organisation de votre région pour connaître les modalités à suivre.

Questions générales concernant la chirurgie

Consultez le guide d'enseignement « Chirurgie avec hospitalisation – Informations générales ».

Ressources communautaires

Voici un éventail de ressources pouvant vous aider à faire face à votre nouvelle situation :

- CLSC de votre région.
- Association canadienne des personnes stomisées, Tél. (sans frais) : 1888-969-9698, Site Web : www.ostomycanada.ca.
- Association québécoise des personnes stomisées, Tél. : 418-874-2818, Site Web : www.aqps.org.
- Association canadienne des stomothérapeutes, Site Web : www.caet.ca.

- Association des infirmières et infirmiers stomothérapeutes du Québec, Site Web : www.aiisq.com.
- Société canadienne du cancer, Tél. (sans frais) : 1-800-939-3333, Site Web : www.cancer.ca.
- Fondation québécoise du cancer, Tél. (sans frais) : 1800-363-0063, Site Web : www.fqc.qc.ca.
- Fondation canadienne des maladies inflammatoires de l'intestinTél. (sans frais) : 1 800 461 4683, Site Web : www.ccfc.ca.

Service de stomothérapie du CHU de Québec - Université Laval

Pour toutes questions, merci de nous contacter en utilisant l'adresse suivante :
stomotherapeutes@chudequebec.ca

Regroupement des stomisés Québec Lévis (RSQL)

Téléphone : 418 474 0220
Site web : www.rsql.org
Courriel : info@rsql.org

Notes personnelles :

Ce guide émet des recommandations conformes aux informations scientifiques disponibles au moment de sa parution, soit le 11 mai 2026. Toutefois, ces recommandations n'ont aucunement pour effet de remplacer le jugement d'un clinicien. Si vous avez des questions, nous vous invitons à communiquer avec votre professionnel de la santé. Si d'une façon ou d'une autre vous faisiez une mauvaise utilisation de l'information contenue dans ce document, le CHU de Québec ne pourra être tenu responsable des dommages de quelque nature que ce soit à cet égard.

Droits d'auteur

Aucune reproduction complète ou partielle de ce document n'est permise sans l'autorisation écrite du CHU de Québec-Université Laval et autre(s) au besoin. © CHU de Québec ou autre(s) au besoin, 2018. Toutefois, vous pouvez l'imprimer et l'utiliser pour un usage professionnel.