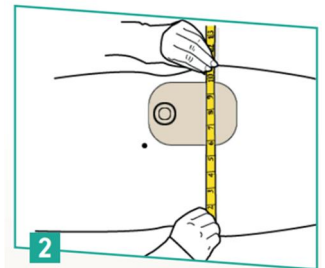
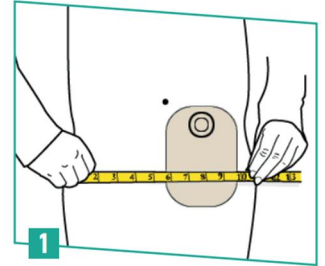


## Måleguide til Suportx<sup>TM</sup> stomi/brok-bælte

- Mål livvidden på det sted du er bredest, oftest hen over stomiposen (fig. 1).
- Målingen foretages stående og i en afslappet stilling. (Husk at trække vejret normalt).
- Målebåndet skal sidde tæt men ikke stramt. Der skal være plads til en finger mellem kroppen og målebåndet.
- Sørg for, at målebåndet ikke er snoet, og der ikke måles diagonalt. Tag tid til at kontrollere målene for at undgå fejl.
- Det anbefales at lave et tilsvarende mål i liggende stilling (fig. 2). Det gør det muligt at sammenligne målene fra stående og liggende stilling. Særligt hvis du allerede har et brok.



Brokket/bulen kan "falde ind", når du ligger ned, derfor anbefales det altid, at der foretages en ekstra måling.

Bæltestørrelsen skal vælges ud fra det mindste mål (stående/liggende).

Eks. 110 cm liggende og 125 cm stående = Vælg str. LARGE.

### Brug tabellen i cm til at bestemme størrelsen:

Størrelse omfang	S 75-90 cm	M 90-105 cm	L 105-120 cm	XL 120-135 cm	XXL 135-148 cm
------------------	------------	-------------	--------------	---------------	----------------

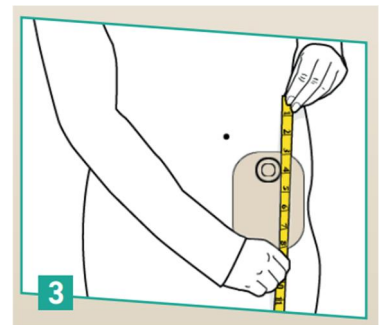
### Bestem højden

Højden måles fra to centimeter over stomiposens højeste punkt til det punkt, hvor stomiposen slutter (fig. 3). (Hvis der er et brok, skal der måles fra 5 cm ovenfor til 5 cm under brokket/bulen).

Den nederste kant af bæltet skal dække hele stomiposen, medmindre det føles generende.

Nogle mennesker med ileostomi kan pga. output mængde foretrække, at posen ikke dækkes helt.

Målet mellem de to punkter angiver den anbefalede bæltehøjde (15, 20 eller 26 cm).



## Værd at vide om Suportx™ bæltet (ofte stillede spørgsmål)

### Hvorfor er det vigtigt at bære stomi/brok-bælte?

50% af stomiopererede udvikler en bule eller et stomibrok. Undersøgelser viser, at det at bære et stomi/brok-bælte kan reducere risikoen. En sund livsstil har også en understøttende effekt.

Bæltet giver diskretion og kan fremme selvtillid og tryk i det sociale liv.

### Hvad er specielt ved Suportx™ bæltet?

Alle Suportx™ bæltet er lavet af meget strækbart stof, der er meget behageligt at have på (65% polyamid, 35% lycra).

Easy Peel: De to lukke-snipper på velcrolukningen giver mulighed for at skifte stomiposen uden at skulle tage bæltet helt af. Det er derfor ikke nødvendigt at lægge bæltet fra sig, på f.eks. et offentligt toilet.

Tube bæltet er lavet uden søm og er derfor ikke iøjnefaldende under stramt tøj. Er også velegnet til f.eks. svømning, intimt samvær eller lign.

### Hvorfor har bæltet ikke hul til stomiposen?

Et hul i bæltet vil medføre, at kompressionen/støtten får et svagt punkt i det område, hvor et stomibrok kan opstå. Stomien kan derved presses ud i hullet.

Suportx™ bæltet er designet til at give optimal støtte og tillader samtidig stomien at fungere. Data viser, at det i over 98% af tilfældene ikke forringer stomiens funktion at bære et Suportx™ bælte over stomiposen.

Derudover har bæltet, der bæres over posen, også en støjdæmpende effekt.

### Hvordan vaskes Suportx™ bæltet?

Bæltet kan vaskes ved op til 50°C i en almindelig vaskemaskine.

Brug ikke skyllemiddel.

Luk velcroen før vask, da det ellers slides unødigt og kan beskadige andet tøj.

Vaskepose anbefales.

Må ikke tørretumbles.

Det er hensigtsmæssigt at have et bælte til skift.

### Hvordan skal bæltet bæres?

Ved forebyggende brug skal bæltet bæres i så mange timer som muligt. Især under fysiske aktiviteter og sport. Også ved husligt arbejde og løft i dagligdagen.

Risikoen for brok øges væsentligt ved tilstande med hyppig hoste og/eller nys. Det anbefales derfor i særdeleshed at støtte stomiområdet med et stomi/brok-bælte, hvis du hoster og/eller nyser voldsomt og gentagende i perioder.

Hvis du hviler, f.eks. foran fjernsynet, er det ikke nødvendigt at bære bæltet, medmindre du hoster og/eller nyser kraftigt og gentagende.

### Er et bælte nyttigt i forbindelse med tilbagelægning af en stomi?

Ja, i dette tilfælde anbefales det, at bæltet bæres i nogle måneder, indtil mavemusklene er genopbygget. (Forebyggende mod bindevævssvaghed).

OBS: Bæltets velcrolukning er ikke elastisk og bør ikke dække over stomiposen.

Det anbefales, at den elastiske del af stoffet sidder over posen, af hensyn til stomiens funktion.

