

STOMA GUIDE BOOK

ストーマと生きる

～若いオストメイトのためのガイドブック～



JOA 20/40 Focus Group

はじめに	005
発刊に寄せて	006
オストメイトの生活	015
オストメイトとは? ストーマとは?	016
ストーマの種類	017
ストーマ造設の原因となる病気	018
ストーマ装具	019
コロストミー	020
イレオストミー	025
ウロストミー	028
ストーマとの日常生活	
精神・心理面について	030
食事	031
解説 消臭と消臭理論のお話	032
入浴	034
服装	034
仕事	035
解説 オストメイトの就労アドバイス	036
外出	038
旅行	038
オストメイト対応トイレ	039
スポーツ	039
恋愛・結婚	040
性生活	041
解説 オストメイトの性	041
妊娠・出産	043
解説 セクシュアリティと妊娠・出産期のストーマケア	044
男性のここだけ話 ショートストーリー	047
災害対策	049

小児ストーマ 解説と体験談	053
IBDとストーマ 解説と体験談	069
がんとストーマ 解説と体験談	087
参考資料	107
福祉制度	108
オストミー用語集	112
参考になる本	114
参考サイト	115
オストメイト権利憲章	116
20/40フォーカスグループのあゆみと活動	117
オストミー協会支部一覧	120
協賛各社広告	121
※付録 オストメイトカード	

