

## 海外旅行時の携帯用オストメイトカード

海外旅行の際、パスポートといっしょに携帯すると便利な「オストメイトカード」です。「ストーマ保有者（オストメイト）とは」を簡単に日本語と英語で片面ずつまとめています。

### オストメイト カード

わたしは「ストーマ保有者」  
(オストメイト) です。

わたしはストーマ装具を身につけていますが、これはストーマからの排泄物を受けるために使用するものです。

「ストーマ保有者」とは：  
人工肛門、人工膀胱（これらをストーマと呼ぶ）を保有する人のことです。

「ストーマ」とは：  
人工肛門、人工膀胱の手術でお腹などの体外に腸や尿管を誘導して造られた開放孔です。

わたしのストーマの種類は：  
大腸ストーマ(コロストミー)  
回腸ストーマ(イレオストミー)  
尿路ストーマ(ウロストミー)

Japanese (日本語)

### OSTOMATE CARD

I have a stoma.  
(I am an Ostomate.)

I am putting a stoma bag (on my abdomen) to receive excretions from my stoma.

What is an Ostomate?  
A person who has a stoma created by a colostomy, ileostomy or urostomy.

What is a Stoma?  
A stoma is a surgically created opening from the bowel to the skin as the result of an ostomy, ileostomy or urostomy.

Type of my stoma:  
Colostomy  
Ileostomy  
Urostomy

English (英語)