

کولستومی و ایلئوستومی چیست؟

کولوستومی یک روش تهاجمی جراحی است که به دلایل مختلف روی دستگاه گوارش تحتانی (روده بزرگ) بیمار انجام می شود و ایلئوستومی نیز یک روش تهاجمی جراحی است که روی روده کوچک انجام میشود. همانطور که ذکر شد در طی این عمل بخشی از لوله گوارشی بیمار از راه پوست شکم به خارج باز شده و ترشحات دستگاه گوارش از این طریق دفع می گردد. از آنجا که ممکن است مدت زمان زیادی بیمار در این شرایط باقی بماند، لازم است که جهت پیشگیری از عوارض احتمالی آموزش های لازم را از پرستاران بخش دریافت کرده و بعد از ترخیص از بیمارستان بکار بندد لازم است بدانید به سوراخ باز شده روی شکم استوما میگویند. اندازه استوما بعد از عمل جراحی بزرگ و متورم است که با گذشت چندین هفته و بهبودی کامل اندازه آن کوچکتر خواهد شد. عملکرد استوما ۶-۳ روز پس از جراحی شروع می شود. کیسه های مورد استفاده در استوما (کولوستومی و ایلئوستومی) یکسان می باشد.

کیسه های استوما: شما میتوانید جهت رفع نیاز خود از انواع کیسه های کولوستومی استفاده نمایید، این کیسه ها در فروشگاهها تجهیزات پزشکی به فروش می رسد. کیسه کولوستومی ته بسته کیسه نایلونی است که دو طرفه می باشد و یک طرف آن به پشت کولوستومی شما می چسبد.

توجه: پس از مدتی می توانند در ساعات معینی طبق عادت روده ای خود را تخلیه نمایند.

چگونه از استوما مراقبت کنیم؟

- قبل از هر بار استفاده از کیسه اطراف آنرا با دقت بررسی کنید.
- هر گونه تورم، قرمزی و یا التهاب و یا حساسیت اطراف آنرا به دقت بررسی و در ادامه آن با پزشک

خود مشورت کنید.

- توجه داشته باشید سوراخ وسط کولوستومی باید درست در ناحیه استوما بدن شما قرار گرفته و چسب اطراف آن به نحوی چسبیده باشد.

آیا می توان با داشتن استوما حمام کرد؟

بله شما می توانید با کیسه یا بدون کولوستومی براحتی حمام کرده ولی توجه داشته باشید بقایای صابون باید به داخل محل استوما شما داخل نشود بهتر است از صابونهای بدون چربی استفاده گردد.

از چه رژیم غذایی باید تابعیت کرد؟

غذایی خاص شما پس از انجام استوما توسط پزشک معالج مشخص می گردد. بعد از سپری شدن روال بهبودی شما می توانید به رژیم معمولی خود برگردید. برای بیماران استوما یک بررسی تغذیه ایی کامل انجام می شود. بیمار باید از مصرف غذاهایی که موجب بوی زیاد و دفع گاز می شود اجتناب کند (ماهی، حبوبات، خانواده کلم، تخم مرغ، محصولات سلولزی).

- در صورت ایجاد اسهال به بیمار غذاهایی توصیه می شود که مدفوع را سفت می کند. مثل: سیب، موز، پنیر، ماست، بادام زمینی، ماکارونی، برنج، شیر، سبزی و گل ختمی
- در صورت ایجاد یبوست به بیمار غذاها یی توصیه می شود که مدفوع را شل می کند، مثل آلو و آب آلو.
- غذاهایی که بو را از بین می برند شامل: جعفری، ماست، آب پرتقال، آب گوجه فرنگی و اسفناج تازه. غذا را به دفعات زیاد و با حجم کم دریافت کنید.
- آب فراوان بنوشید (۱۲-۸ لیوان در روز).

تعویض کیسه استوما چگونه و چند بار است؟

تخلیه کیسه و یا تعویض آن بهترین روش برای پیشگیری از پر شدن کیسه استوما است. هنگامی که نصف حجم کیسه پر شد اقدام به تخلیه و یا تعویض کیسه نمایید. در صورتی که از کیسه های خاص تخلیه استفاده می کنید روش استفاده از آنرا از شرکت مربوطه بخواهید.

هرگز برای تمیز کردن پوست اطراف استوما از الکل و دستمال مرطوب و سایر مواد شیمیایی نظیر بتادین و استون نباید استفاده کرد؛ زیرا این مواد به پوست اطراف استوما آسیب وارد می کنند و موجب ایجاد زخم و سوزش می شوند.

موهای اطراف استوما را باید حتماً با قیچی یا ماشین ریش تراش برطرف نمود. برای برطرف کردن موها نباید از موچین و تیغ استفاده شود.

پس از هر بار شستشو یا تعویض کیسه دستهایتان را با آب و صابون شستشو دهید.

در صورت مشاهده خراش یا قرمزی دور استوما از پماد اکسید دوزنگ استفاده نمایید.

از چه لباسهایی در طول داشتن استوما استفاده کنیم؟

از لباسهای نازک و آزاد استفاده گردد که کمتر ایجاد تعریق، نماید و کیسه تحت فشار نباشد.

مسافرت، به کار روزانه و ورزش با وجود استوما

داشتن کیسه هیچ گونه مانعی در جهت فعالیتهای روزانه فرد ایجاد نمیکند.

روابط جنسی و حاملگی با داشتن استوما چگونه است؟

باید بدانید فعالیت جنسی بر روی استوما اثر خاصی ندارد یک خانم نیز با داشتن استوما می تواند به راحتی

لطفاً به توجهات زیر دقت کنید:



دانشگاه علوم پزشکی تبریز
مرکز آموزشی درمان و تحقیقاتی امام رضا (ع)

مراقبت از استوما (کیسه کولوستومی و ایلئوستومی)



تهیه و تنظیم:
رویا صفری
کارشناس پرستاری
واحد کلینیک

زیر نظر دکتر ابوالقاسم فخری و باتشکر از مسئول محترم
درمانگاه آقای حسینی اصل

تاریخ بازبینی: ۱۴۰۱

- برای تعیین اندازه درست کیسه استوما اندازه گیری می شود در یقه کیسه باید ۰.۳ سانتی متر بزرگتر از استوما باشد .
- هدف از شستشوی استوما تخلیه گاز موکوس و مدفوع از کولون است.

منابع:

- گایدلاین مراقبتهای پرستاری در بیماری های جراحی عمومی
- کتاب داخلی و جراحی برونر
- آدرس سایت بیمارستان امام رضا (ع)

<http://imamreza.tbzmed.ac.ir>

- آرامش خود را حفظ کنید.
- بیمار محترم در هنگام سرفه و تنفس عمیق برای کاهش فشار بر لبه های برش شکمی شکم را ثابت نگه دارید.
- در صورتی که افزایش درجه حرارت ، نبض ، تنفس اتفاق افتد به پزشک معالج خود مراجعه کنید چون ممکن است نشان دهنده فرآیند عفونی باشد.
- در صورت بروز خونریزی ، نفخ ، سفتی شکم ، اسهال و تب به پزشک معالج خود مراجعه کنید.
- رنگ استوما باید صورتی یا قرمز باشد. ترشح آن کم یا نرمال است. خونریزی یک علامت غیر طبیعی است. سریعاً به پزشک مراجعه کنید.
- مراقبت از پوست اطراف استوما خیلی مهم است زیرا تحریک یا زخم پوستی می تواند به سرعت پیشرفت کند وجود هر گونه تحریک پوستی می تواند چسباندن کیسه را مشکل کند و چسبیدن کیسه استوما روی پوست تحریک شده ضایعه پوستی را بدتر می کند .
- اگر بیمار بخواهد با کیسه کولوستومی حمام کند یا دوش بگیرد باید در طی استحمام اطراف کیسه را با چسب ظریف پیوشاند.
- برای در آوردن وسیله بیمار در یک وضعیت راحت می ایستد یا می نشیند و پوست زیر صفحه را می کشد تا کیسه از محل استومی فاصله بگیرد فشار آرام از آسیب به پوست و نشن مایع مدفوعی جلوگیری می کند به بیمار توصیه می شود تا پوست را به آرامی بشوید و آنرا به آهستگی خشک کند پس از تمیز کردن پوست باید کاملاً پوست را خشک کرد و از محافظ پوستی استفاده شود . زمان شستشوی استوما باید ثابت باشد .

