

## ZALECENIA PIELĘGNIARSKIE

### DLA PACJENTA Z WYTWORZONĄ PRZETOKĄ JELITOWĄ – STOMIĄ

#### Co to jest stomia?

W wyniku usunięcia chorobowo zmienionego odcinka dotychczasowe ujście treści jelitowej nie mogą już spełniać swojej funkcji. W trakcie zabiegu operacyjnego zostają one zastąpione ujście wytworzonym w nowym miejscu przez powłoki jamy brzusznej. Ujście takie to właśnie stomia. Stomia nazywana także przetoką wymaga starannej pielęgnacji i zaopatrzenia w sprzęt, który służy do zbierania wydaliny.

#### Rodzaje stomii

- Kolostomia – wykonuje się ją gdy zachodzi konieczność usunięcia części jelita grubego. Wówczas pozostała część jelita zostaje połączona z przednią ścianą jamy brzusznej. Konsystencja wydalanego stolca zależy od tego, ile jelita usunięto podczas operacji, jak również od miejsca wyłonienia stomii.

Kolostomia po stronie lewej – konsystencja stolca jest bardziej stała.

Kolostomia po stronie prawej – konsystencja stolca jest bardziej płynna.

- Illeostomia - wykonuje się ją gdy zachodzi konieczność usunięcia całego jelita grubego. Na powierzchni ściany brzucha wyłania się wtedy końcowy odcinek jelita cienkiego. Konsystencja treści jelitowej jest wtedy większa i płynna lub półpłynna.

#### Sprzęt stomijny

Pamiętaj, aby otwór Twojego worka był dobrze dopasowany do rozmiaru Twojej stomii. Rodzaj sprzętu będzie zależał od Twoich preferencji

- **Usuwanie zużytego worka**- ostrożnie odklej płytkę zaczynając od góry ciągnąc w dół i przytrzymując jednocześnie skórę. Zawartość worka usuń do toalety a zużyty worek do kosza na śmieci. Oczyść skórę wokół stomii używając przeznaczonych do tego celu środków pielęgnacyjnych.

- **Zakładanie nowego worka** – sprawdź czy skóra wokół stomii jest sucha. Płytkę worka przyklejaj od dołu do góry. Delikatnie dociśnij i upewnij się, że w trakcie przyklejania płytki worka nie wytworzyły się żadne fałdy i nierówności.

#### Pielęgnacja stomii

Utrzymanie skóry wokół stomii w czystości i jej ochrona przed podrażnieniami są niezmiernie ważne.

#### PAMIĘTAJ

- płytka powinna dokładnie przylegać do skóry we wszystkich miejscach wokół stomii,
- do mycia skóry wokół stomii używaj ciepłej wody,
- do oczyszczania używaj tylko szarego mydła lub środków do tego celu,
- nie stosuj zwykłych substancji nawilżających ani kremów na skórę wokół stomii, gdyż zmniejszają one stopień przylegania płytki do skóry.

## 10 PRZYKAZAŃ PRAWIDŁOWEGO ODŻYWIANIA SIĘ:

- pij dużo płynów – ok. 2 litrów dziennie
- stosuj zdrową i urozmaiconą dietę
- jadaj regularnie i w spokoju
- delektuj się posiłkami
- dokładnie gryź i przeżuwyj pokarm
- jedz dużo ryb, owoców i warzyw
- ograniczaj słodkie, tłuste potrawy, ostre przyprawy i mocny alkohol
- zapewnij odpowiednią ilość błonnika w diecie
- dbaj o to, aby spożywane pokarmy były zawsze świeże

Okres rekonwalescencji po takim zabiegu trwa ok. 3 miesięcy. Po tym czasie powinno się powrócić do tego samego stopnia aktywności fizycznej, jaka towarzyszyła Ci przed operacją. Możesz podróżować, prowadzić życie rodzinne i towarzyskie, uprawiać sport, cieszyć się życiem intymnym.

**PAMIĘTAJ:** POZYTYWNE MYŚLENIE I WIARA WE WŁASNE SIŁY PRZYSPIESZAJĄ POWRÓT DO ZDROWIA I NORMALNEGO FUNKCJONOWANIA 😊

### Bibliografia

1. Banaszekiewicz Z., Szewczyk M.T., Cierżwiakowska K. „ Jakość życia chorego ze stomią jelitową”. Warszawa 2007
2. Banasiewicz T., Krokowicz P., Szczepkowski M., ( Red. ) „ Stomia – prawidłowe postępowanie chirurgiczne i pielęgnacja” wyd. II, Warszawa 2017

Opracował: Pielęgniarka Oddziałowa Klinicznego Oddziału chirurgii ogólnej i onkologicznej z częścią urazową i Oddziału chirurgii naczyniowej Szpitala Wolskiego Joanna Szadkowska