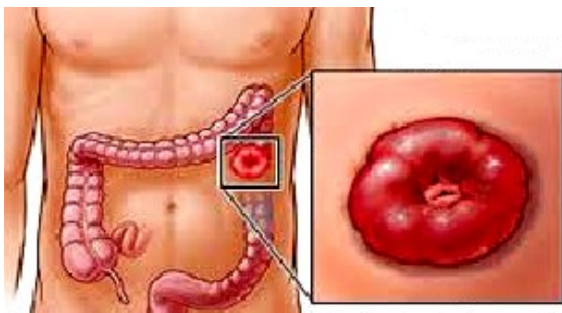




مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)

مراقبت های لازم بعد از تعبیه کلهستومی



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۱/۱۶

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۱/۱۶

کد پمفلت: PA-۲۰-۱۰۰۷

شماره بازنگری: ۰۵

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت

تهیه کننده: بخش جراحی - واحد آموزش سلامت

* موهای اطراف استوما کوتاه شود و جهت پاک کردن پوست، از آب ولرم استفاده نمایید.

* پوست را با استفاده از پارچه نرم و خشک تمیز نمایید.

* به فاصله کوتاهی بعد از ایجاد استومی، ترشحات خروجی به شکل مایع جریان می یابد پس از مدتی مدفوع خمیری شکل خواهد شد.

در صورت مشاهده چه علائمی باید به پزشک مراجعه کنید؟

* تغییر رنگ شدید در استوما از قرمز روشن تا بنفش تیره.

* خونریزی مداوم یا به مقدار زیاد داخل کیسه

* خونریزی اطراف استوما

* درد شکم با گرفتگی عضلات شکم همراه با عدم خروج مواد از استوما

* تهوع و استفراغ مداوم

منبع:

<https://www.clinicalkey.com>

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت رایگان همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)
تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

چه غذاهایی که باعث نفخ می شوند؟

نوشیدنی های گازدار، کلم، ترب، تربچه، شلغم، لبو، خیار، پیاز و حبوبات.

چه غذاهایی بوی نامطبوع تولید می کنند؟

ماهی، تخم مرغ، سیر، لوبیا، حبوبات، شلغم، پنیر و کلم.

چه غذاهایی سبب از بین رفتن بوی نامطبوع مدفوع می شوند؟

آب پرتقال، سبزیجات مانند جعفری، آب گوجه فرنگی و ماست

چه غذاهایی که مدفوع را سفت می کنند؟

کمپوت سیب، گوشت، برنج، پنیر، نان، سیب زمینی.

چه غذاهایی که اگر خوب جویده نشوند باعث انسداد می شوند؟

آجیل ها، کرفس، نارگیل، قارچ، سبزیجات خام، میوه های خشک و پاپ کورن (ذرت).

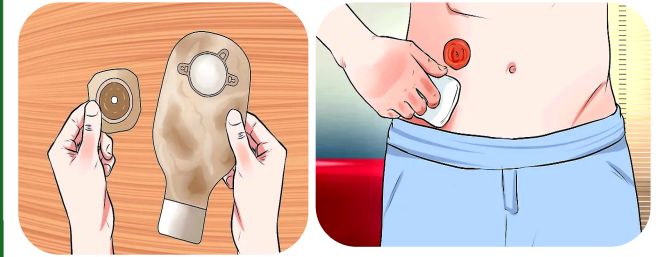
نکات مهم مراقبت از استومی:

* بافت استوما، مانند داخل دهان قرمز و مرطوب می باشد.

* استوما حس ندارد، بنابراین از فشار، ضربه و صدمه به آن خودداری شود. در اثر ضربه به راحتی خونریزی می کند.

* سایز استومی ممکن است در هفته های اول بعد از جراحی تغییر کند، به طور مرتب سایز استومی خود را اندازه گیری کنید.





مددجوی گرامی:

با آرزوی سلامتی برای شما

این مطالب به منظور آشنایی با مراقبت های لازم بعد از تعبیه کلهستومی تهیه شده است. امید است با مطالعه آن قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

استوما چیست؟

سوراخی است در جدار شکم، که از طریق آن روده کوچک و یا روده بزرگ به خارج از شکم راه می یابند و مواد دفعی از طریق آن دفع می شوند.

چون این راه خروجی، فاقد عضلات اسفنکتری برای خروج مواد دفعی می باشد، بنابراین فرد کنترل ارادی دفع روده ای ندارد و لازم است از کیسه مخصوص جهت جمع آوری مدفوع استفاده کند.

محل و اندازه استوما به نوع بیماری، نوع عمل جراحی و یا شرایط فیزیکی (شکم بیمار) بستگی دارد.

استوما ممکن است دائم یا موقت باشد.



جراحی استوما به چه علتی انجام می شود؟

* آسیب و ضربه به روده ها

* انسداد روده

* بیماری التهابی روده و مشکلات سیستم گوارشی

* مشکلات مادرزادی در سیستم گوارشی

چه نکاتی را باید برای قرار دادن کیسه بر روی استومی مد نظر قرار دهید؟

* برای پیشگیری از نشت محتویات مدفوع از کنار آن، تعیین اندازه محل استومی بسیار مهم است.

* دهانه کیسه را به اندازه قطر استومی که تعیین کرده اید باز کنید و بر روی استومی قرار دهید.

* توجه داشته باشید در روزهای اول بعد از عمل، اندازه استومی بزرگ است اما بتدریج کوچک می شود.

انواع کیسه های استومی:

کیسه ی قابل تخلیه: انتهای کیسه جهت تخلیه باز می باشد و هر کیسه می تواند برای چند روز مورد استفاده قرار گیرد.

کیسه ی غیر قابل تخلیه: انتهای کیسه بسته و غیر قابل تخلیه می باشد و فقط یکبار استفاده می شود.

کیسه یک تکه: کیسه و محافظ پوستی به همدیگر متصل هستند.



کیسه دو تکه: کیسه و محافظ پوستی (چسب پایه) از همدیگر جدا هستند.

مدت استفاده کیسه چند روز است؟

معمولاً کیسه های قابل تخلیه برای مدت ۵ الی ۷ روز قابل استفاده هستند و مجدداً باید تعویض شوند.

چه زمانی باید تعویض کیسه انجام شود؟

هر زمان که یک سوم کیسه پر شود و یا نشت از کناره های کیسه وجود داشته باشد، زمان مناسبی برای تعویض کیسه می باشد.

برای بیشتر افراد در ساعات اولیه صبح، قبل از خوردن صبحانه که استوما فعالیت کمتری دارد مناسب است.

در هنگام شستشوی کلهستومی از ۵۰۰ تا یک لیتر مایع نظیر سرم شستشو می توانید استفاده کنید.

در هنگام شستشو باید روی صندلی بنشینید.

رژیم غذایی با توجه به داشتن استوما شامل چه مواردی است؟

* پس از سپری شدن دوران نقاهت می توانید به رژیم غذایی خود باز گردید.

* غذا خود را آهسته و با دهان بسته به خوبی بجوید.

* در طول روز به طور منظم مایعات مصرف شود (معادل ۸ تا ۱۰ لیوان). در روزهای گرم، مصرف مایعات را افزایش دهید.

