



بنام خداوند جان و خرد

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی دنا

بخش آموزش به بیمار

ایلوستومی

شناسنامه بروشور آموزشی

عنوان	ایلوستومی
تهیه کننده	دفتر آموزش به بیمار
تأیید کننده	دکتر عاطفی
سمت	پزشک جراح
تاریخ تهیه/به روز رسانی	بهار ۱۴۰۵
ناظر کیفی	سوپروایزر ارتقاء سلامت
منبع/منابع	اصول جراحی شوارتز
کد بروشور آموزشی	W-TP-052 R02

www.denahospital.com

شیراز، چهار راه ستارخان، کوی دنا، بیمارستان دنا

تلفن: ۱۷-۳۶۴۹۰۴۱۱ فاکس: ۳۶۴۹۰۴۳۳

واحد پرستار پیگیر: داخلی ۲۶۳ - ساعت ۸-۱۳

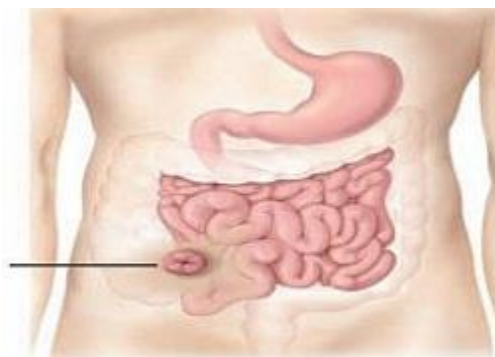


با اسکن لینک روبرو به بروشورهای

آموزشی دسترسی پیدا کنید.

اعمال مذهبی:

مطابق فتوای گروهی از مراجع اسلام، هر کس که استوما دارد عذر شرعی داشته و اگر نمی تواند کیسه را برای هر نوبت نماز تعویض نماید، می تواند وضو بگیرد و نماز خود را بخواند.



ورزش:

- ✓ داشتن ایلئوستومی مانع فعالیت های بدنی و تمرینات ورزشی نمی شود.
- ✓ از ورزش های سنگین و وزنه برداری اجتناب کنیم.
- ورزش هایی که می توانید انجام دهید: پیاده روی - تنیس - قایق رانی و...

بازگشت به زندگی عادی و مسافرت:

- ✓ زمان لازم جهت بهبودی کامل ۶ تا ۸ هفته می باشد.
- ✓ مسافرت با هواپیما و فشار هوا بر استوما تاثیری ندارد.
- ✓ به اندازه مورد نیاز کیسه همراه خود داشته باشید.
- لوازم ایلئوستومی خود را داخل کیف دستی بگذارید.
- ✓ لوازم ضروری جهت خروج از منزل: دستمال کاغذی - دستکش - یک نوع کیسه ته باز - قیچی - روزنامه - نایلون تیره

روابط جنسی:

- ✓ قبل از هر نوع ارتباط جنسی کیسه ایلئوستومی خود را تخلیه کنید.
- ✓ فعالیت جنسی به شما و استومای شما آسیبی نخواهد رساند.
- ✓ از کیسه کوچکتر در حین فعالیت جنسی استفاده کنید.
- ✓ از کیسه مات و پوشش دار استفاده کنید.
- ✓ یک خانم با داشتن ایلئوستومی می تواند پس از بهبودی کامل حاملگی داشته باشد.

ایلوستومی چیست؟

به بیرون آوردن قسمتی از روده باریک بوسیله عمل جراحی گفته می‌شود که بسته به محل برش مواد دفعی به شکل مایع و خمیری هستند.

نکات مراقبت از استومی و مراقبت از پوست اطراف آن:

- ۱- استوما (روده) حس درد ندارد بنابراین اجسام نوک تیز و زبر با استوما تماس پیدا نکند.
- ۲- روزهای اول بعد از عمل استوما (روده) ورم دارد و کم کم به مدت دو هفته کم می‌شود.
- ۳- مواد دفعی که از استوما خارج میشوند پوست نباید در تماس با مواد دفعی قرار گیرد.
- ۴- مشاوره با پرستار متخصص استومی (Et nurse) هر ماه یکبار

علائم هشدار دهنده:

خونریزی شدید از استوما - نشست مکرر مدفوع از چسب پایه تغییر رنگ استوما - قرمزی و التهاب در پوست اطراف استوما - عفونت‌های قارچی پوست اطراف استوما - بیرون زدگی استوما - تنگی استوما - فرورفتگی استوما

انتخاب کیسه مناسب:

مشاوره با پرستار متخصص استومی ETnurse
روزهای اول بعد از عمل کیسه یک تکه رنگ شفاف
یک هفته بعد از عمل جراحی کیسه دو تکه یا یک تکه رنگ مات
تعویض کیسه‌های یک تکه هر ۲ تا ۳ روز یکبار - تعویض کیسه‌های دو تکه هر ۵ تا ۷ روز یکبار - در صورت نشستی کیسه، حتما کیسه تعویض شود.

روش تعویض کیسه:

وسایل مورد لزوم: قیچی، شاولن اندازه گیری، کیسه زباله، حوله، کیسه مناسب استوما، خمیر استومی، شامپو یا صابونی که pH پایین داشته باشد.

- ✓ اندازه گیری دقیق سایز استوما بوسیله شاولن اندازه گیری
- ✓ برش صحیح چسب پایه
- ✓ با دست لبه‌های چسب پایه را که در زمان برش ناهمواری دارد را صاف می‌کنیم
- ✓ کیسه قبلی را به آرامی از روی پوست جدا کرده (از بالا به طرف پایین) و در کیسه زباله می‌اندازیم.
- ✓ پوست اطراف استوما را تمیز می‌کنیم.
- ✓ موهای اطراف استوما را بوسیله قیچی یا موزر کوتاه می‌کنیم استفاده از تیغ ممنوع است.
- ✓ با شامپو یا صابون با PH پوست اطراف استوما را تمیز می‌کنیم.
- ✓ پوست را بوسیله حوله کاغذی خشک می‌کنیم.
- در صورت استفاده از خمیر آن را می‌شود به دو شکل استفاده کرد:
 - ۱- خمیر را به شکل حلقه‌ای به اطراف استوما می‌زنیم.
 - ۲- بعد از برداشتن برچسب، چسب پایه به قسمت داخلی خمیر می‌زنیم.
- ✓ کیسه یک تکه را به عقب تا کرده و لبه چسب پایه را کنار استوما قرار می‌دهیم و با طرف بالا می‌چسبانیم.
- ✓ به مدت چند ثانیه ماساژ می‌دهیم تا چسب پایه در محل خود ثابت شود.

نکته: بهترین زمان جهت تعویض کیسه قبل از خوردن صبحانه است.

کاهش هزینه کیسه‌ها:

محصولات استومی شامل تعرفه‌های بیمه می‌باشند.
کیسه‌های یک تکه ۳۰ عدد در ماه
کیسه‌های دو تکه چسب پایه ۱۵ عدد و کیسه ۱۵ عدد در ماه
خمیر استومی یک عدد در ماه

مدارک مورد نیاز جهت بیمه:

گواهی از پزشک، شرح عمل جراحی، نتیجه پاتولوژی، دفترچه بیمه، فاکتور خرید.

رژیم غذایی موقت:

- ✓ این رژیم غذایی را به مدت دو ماه بعد از عمل جراحی رعایت کنید.
- ✓ آهسته غذا بخورید و به خوبی غذا را بجوید.
- ✓ تعداد دفعات خوردن غذا را از ۳ وعده به ۶ الی ۸ وعده تغییر دهید (اما به میزان کمتر)
- ✓ خوردن غذاهای با فیبر مانند آناناس و ذرت و کلم‌ها ممنوع می‌باشد.
- ✓ پرتقال، گریپ فروت، کرفس، فلفل سبز، خیار، زیتون، آجیل، قارچ، ترشیجات، مارچوبه، نخودفرنگی، نارگیل، میوه‌های خشک با احتیاط استفاده شود.

رژیم غذایی دائم:

خوردن مایعات از هشت لیوان به بالا