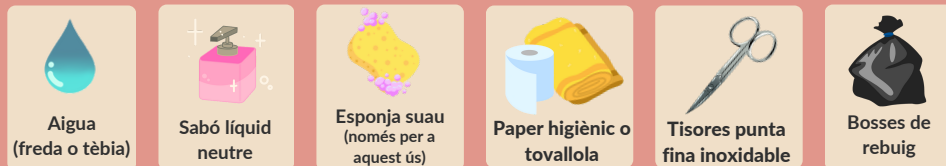


GUIA PER A L'AUTOCURA DE LA COLOSTOMIA/ILEOSTOMIA

QUÈ NECESSITAREU?



COM HEU DE RETIRAR EL DISPOSITIU

Desaferrau la bossa de dalt a baix → introduïu-la en la bossa de plàstic i rebutjau-la (NO pel vàter).

* Si la bossa duu pinça, buidau-la abans al vàter.



Després desaferrau l'adhesiu de dalt a baix i d'un costat cap al centre, amb suavitat. NO l'arrenqueu d'una tirada, pot lesionar la pell.



HIGIENE DE L'ESTOMA I DE LA PELL PERIESTOMAL

Rentau l'estoma amb aigua tèbia (NO calenta) i amb unes gotes de sabó pH neutre. Esbandiu la pell i eixugau-la a toquets, amb un mocador de paper.

Podeu tapar uns minuts l'estoma amb un mocador enrotllat perquè s'aïregi la pell. Col·locau el dispositiu quan la pell estigui ben eixuta.

Una mica de sang en netejar-ho és normal. Aplicau fred. Si és freqüent, digau-li a l'especialista.

No apliqueu sabó directament a l'estoma.

Podeu banyar-vos amb la bossa o sense ella.

No us eixugueu la pell amb assecador.

Evítaiu l'ús de: colònia, alcohol, oli i crema, ja que dificulten l'adherència i poden danyar la pell.

Cal mesurar l'estoma amb freqüència per adequar el dispositiu, ja que se sol reduir durant els primers mesos.

Si teniu pèl, l'heu de tallar amb tisores, mai amb maquineta.

FREQÜÈNCIA EN EL CANVI DEL DISPOSITIU

LA PLACA:

Cada 3 o 4 dies. Abans, si hi ha fugues, cal retallar el diàmetre exacte de l'estoma, centrar-lo, adaptar-lo a la bossa i assegurar-ne l'hermeticitat.

LA BOSSA DE COLOSTOMIA (tancada):
Quan estigui a 2/3 de la seva capacitat.

LA BOSSA D'ILEOSTOMIA (oberta i amb pinça): Quan estigui a 1/3 de la seva capacitat, s'ha de canviar cada dia.

Quan estigui buida, cal netejar-la amb paper higiènic o amb una mica d'aigua, exugau-la i col·locau la pinça).

DISPOSITIUS D'UNA PEÇA (placa i bossa units)
En realitzar la higiene de l'estoma.

Evítaiu fer el canvi durant els menjars!

DIETA

No és necessari que faceu una dieta especial (si no ho indica el vostre metge).

Menjau a poc a poc i mastegau amb la boca tancada (redueix la formació de gasos).

Evítaiu el nerviosisme, mastegar xiclet i fumar.

Beveu de 2 a 3 litres d'aigua al dia.

Preneu begudes isotòniques o sèrum oral si feis deposicions molt líquides.

VESTIR

Anau alerta que la roba interior no oprimeixi el dispositiu.

Si usau corretja, que no comprimeixi l'estoma. Si cal, utilitzau tirants.

Recomanacions

Apreneu el número i el diàmetre del vostre dispositiu i el nom del protector cutani.

Iniciau de manera progressiva les activitats habituals que fèieu abans de la intervenció, l'estoma no us ho impedeix.

Duïu sempre un necesser amb un dispositiu i el material de neteja indispensable per a poder fer la higiene.

Realitzau les cures correctament, per evitar problemes d'irritació periestomal. També podeu utilitzar protectors cutanis, consultau-ho amb l'especialista.

DIÀMETRE DE L'ESTOMA:

REFERÈNCIA DEL DISPOSITIU:

PROTECTOR CUTANI:

NOTES:

TELÈFONS DE CONTACTE: 871 205 219 - 619 853 427
HUSE - PLANTA 0, MÒDUL B, PORTA 016
HORARI: DE DILLUNS A DIVENDRES DE 07.30 H A 13.30 H