

Cures després d'una CIRURGIA COLÓRECTAL AMB OSTOMIA

Li donem uns consells, perquè algunes de les cures que ha rebut durant el seu ingrés a l'hospital les pugui continuar al seu domicili, fins la propera visita mèdica i/o estomaterapèutica.

• Cures de la ferida de la intervenció:

- Pot dutxar-se cada dia; si no li indiquen el contrari la ferida pot mullar-se. Si porta punts renti's amb compte i eixugui's sense fregar, amb petits tocs o ajudant-se d'un assecador d'aire fred.
- Desinfecti la ferida amb povidona iodada. No és necessari que la ferida romangui tapada.

• Cures de l'estoma :

- Material necessari : sabó neutre, esponja, mocadors de paper, tovallola, la bossa de l'estoma, la pinça si la bossa de l'estoma és oberta, estisores, paper i bossa d'escombraries.
- Col·loqui's davant d'un mirall.(Fig.1)
- Renti's les mans abans i després de fer la cura de l'estoma.
- Renti la pell del voltant de l'estoma amb aigua tèbia i sabó neutre , ho ha de fer amb suavitat i sense fregar.(Fig.2) No heu d'utilitzar productes agressius com alcohol , colònies o productes perfumats.(Fig.3)
- Si té pèl al voltant de l'estoma en afaitar-lo no useu depilatoris, únicament talleu amb estisores
- La mucosa del voltant de l'estoma al principi és normal que sagni una mica.

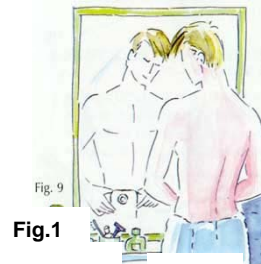


Fig.1

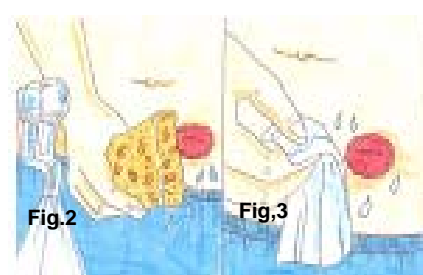


Fig.2

Fig.3

• Col·locació de la bossa de colostomia:

Dispositiu d' una peça:

- Mesuri l'estoma amb la guia i retalli la bossa adhesiva al diàmetre de l' estoma, de manera que quedi el més ajustat possible (fig.4, fig. 5)
- Retiri el dispositiu de dalt a baix amb suavitat, tot subjectant al mateix temps la pell amb l'altra mà(fig. 6).
- Netegi i eixugui la pell del voltant de l'estoma.

- Col·loqui la bossa de dalt a baix fins que quedi apretada; pot ajudar-se amb el dits aplicant moviments circulars de dins cap enfora , evitant plecs i arrugues, o bé pressionant la làmina suaument amb el palmell de la mà, per activar l'adhesiu amb la calor de la mà (Fig. 7).

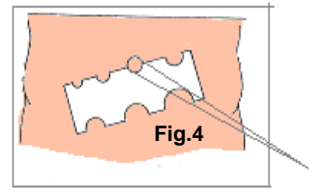


Fig.4

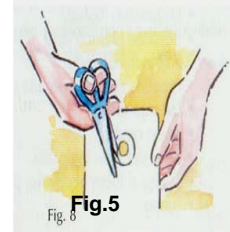


Fig.5



Fig.6

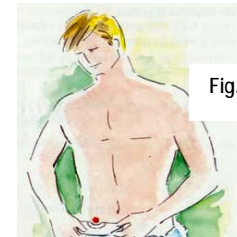


Fig.6

Dispositius de dues peces

- Pot treure primer la bossa i després, retirar la placa amb suavitat o bé, treure-ho tot junt com si fos una sola peça.
- Un cop neta i seca la pell, col·loqui primer la placa retirant el paper adhesiu, centrant-lo al voltant de l'estoma.
- A continuació col·loqui la bossa ajustant-la a l'anell de la placa, asseguris que queda ben ajustada. Si utilitza bossa oberta, no oblidí de posar la peça a l'extrem.(Fig.8)
- Pot dutxar-se o banyar-se , pot fer-ho amb la bossa posada o sense ella, pero recordi que si ho fa sense la bossa, faci-ho abans dels àpats i sempre amb aigua tèbia.
- Per eliminar la bossa utilitzada, emboliqui la bossa amb un paper i introdueixila en una bossa de plàstic i tiri-la a les escombraries, si utilitza una bossa oberta, buidi-la en el WC.
- És important col·locar la bossa en una posició adequada a l'activitat que s'hagi de realitzar; si ha d'estar de peu o assegut, col·loqui la bossa en posició vertical; si pel contrari està estirat és millor col·locar-la inclinada.

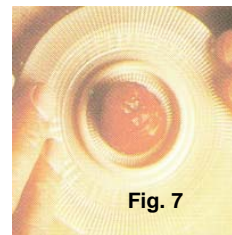


Fig.7



Fig.8

MEDICACIÓ

- Ha de seguir la medicació pautada pel seu metge.
- Si té dolor continuï prenent els analgèsics (calmats) que li han receptat.
- Recordi que és millor prendre'ls a les hores prescrites, que esperar que aparegui el dolor fort.
- No prengui cap medicament de lliure consum sense consultar el seu metge. Alguns medicaments produeixen restrenyiment: ferro, analgèsics anti-depressius, sedants , antiparkinsonians

DIETA

- Pot menjar de tot sense que existeixin grans restriccions.
- La dieta ha de ser variada i equilibrada. Mengi els aliments que sempre li han agradat
- Mantingui un horari regular d'àpats.sempre li han agradat.
- Mengi a poc a poc i mastegui bé els aliments.
- Eviti àpats copiosos, aliments massa condimentats i fregits.
- Ha de beure entre un litre i mig o dos litres, al dia i eviti les begudes amb gas.
- És important mantenir el seu pes habitual sense apimar-se ni engreixar-se ja que altera l'estoma.
- Si té poca gana mengi petites quantitats del que més li vingui de gust.

Característiques d'alguns aliments	ALIMENTS
Productors de gasós	Mongetes, Espàrrecs Pèsols, Cigrons i begudes amb gas
Augmenta el dolor de la fenta i l'orina.	All, Ceba, Ous, Espècies, Peix blau.
Reductor de les olors	logurt, Quallada, Julivert mastegat o afegit als menjars, Mantega.
Digestió de forma incompleta.	Olives, Bolets, Espinacs, Fruits secs, Enciam, Pèsols, Cogombre, Crispetes, Pastanagues, Pinya.
En cas de restrenyiment	Verdures, Amanides, Fruita, Sucs, Pa, Cereals, Fruits secs, aigua abundant.
En cas de diarrea	Pasta d' arròs, pastanaga, peix a la planxa, suc de llimona poma ratllada, llet d'ametlla.

EN GENERAL

- No torni a la feina fins que el seu metge li doni l'alta.
- No pot conduir fins que no li ho indiqui el metge.
- Pot passejar i pujar escales sense cansar-se
- Limiti les feines que suposin un esforç físic i eviti aixecar pesos.
- Si va de viatge procuri portar un maletí preparat amb allò que normalment utilitza per al canvi de bossa.
- Pot portar la mateixa roba de sempre, però ha d'evitar cinturons o faixes que estreyin l'estoma.

CONSULTI EL SEU METGE EN CAS DE:

- Que la ferida canviï d'aspecte i aparegui: envermelliment, inflamació, calor, dolor, possible supuració.
- Nàusees dolor augmentat o sensació de ventre inflat.
- Restrenyiment de diversos dies.
- Febre de més de 37,5°.

CONSULTI LA SEVA INFERMERA EN CAS DE :

- Que apareixi irritació a la pell al voltant de l'estoma.
- Si l'estoma canvia de mida o de color.
- Si té problemes amb els dispositius (bosses).
- Si nota qualsevol canvi bruscat amb relació al seu estoma.