

Είλεοστομία



Πρακτικός Οδηγός
για την φροντίδα της είλεοστομίας



Γενικήχημικών

Πρόλογος

Ο οδηγός που κρατάτε στα χέρια σας δημιουργήθηκε στην Μεγάλη Βρετανία από ομάδα νοσηλευτριών της εταιρείας Welland, με εξειδίκευση και πολυετή εμπειρία στην φροντίδα και εξυπηρέτηση ασθενών με στομία.

Οι πληροφορίες που περιέχονται στον οδηγό είναι για γενική χρήση και δεν προορίζονται για άτομα με παθήσεις που απαιτούν εξειδικευμένη ιατρική συμβουλή. Ο οδηγός δεν είναι υποκατάστατο των υποδείξεων και οδηγιών του γιατρού σας.

Σκοπός είναι να σας δώσει χρήσιμες και πρακτικές συμβουλές και να απαντήσει σε βασικά ερωτήματα που πιθανώς να προκύψουν από την καθημερινή φροντίδα της στομίας σας. Εάν έχετε επιπλέον ερωτήσεις ή απορίες παρακαλούμε καλέστε μας στο 800 500 5150 και θα χαρούμε να σας εξυπηρετήσουμε.



Περιεχόμενα

Εισαγωγή		4
Πως λειτουργεί φυσιολογικά το πεπτικό σύστημα		5
Τι είναι η ειλεοστομία;		6
Γιατί πραγματοποιείται μια επέμβαση ειλεοστομίας;		8
Πριν την επέμβαση		9
Στο νοσοκομείο	Μετά την επέμβαση	10
Στο σπίτι	Όταν επιστρέψετε σπίτι	12
	Πως θα προμηθευτείτε υλικά	12
Συστήματα συλλογής	Αυτοκόλλητοι σάκοι	13
	Σύστημα δυο τεμαχίων	14
	Μέγεθος οπής	15
Προστασία δέρματος	Βοηθητικά υλικά στομίας	16
Αλλαγή συστήματος συλλογής		17
Συνεχίστε με την καθημερινότητά σας	Φαγητό	19
	Υγρά	20
	Ταξίδια	20
	Ερωτική ζωή	21
	Αντισύλληψη	21
	Εγκυμοσύνη	21
Προβλήματα που μπορεί να αντιμετωπίσετε		22
Απαντάμε στις ερωτήσεις σας		23

Εισαγωγή

Μια σοβαρή χειρουργική επέμβαση είναι πάντα ένας λόγος που προκαλεί ανησυχία. Είναι ακόμη πιο δύσκολο όταν μάθετε πως σαν αποτέλεσμα της επέμβασης αυτής, βασικές λειτουργίες του σώματος σας δεν θα είναι πλέον οι ίδιες, διότι έχετε πλέον ειλεοστομία.



Μπορεί να μην έχετε ξανακούσει τον όρο ειλεοστομία ή ίσως να έχετε μια πολύ αόριστη ιδέα για το τι είναι. Πιθανόν να νιώσετε φόβο, θυμό και ανησυχία με τα νέα. Ίσως πάλι νιώσετε ανακούφιση που βρίσκεται επιτέλους μια λύση που θα σας ανακουφίσει από τα εξουθενωτικά και χρόνια συμπτώματα. Όποια πάντως και να είναι η αντίδραση σας και τα αισθήματά σας, το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό σας κατανοεί και σας υποστηρίζει, όπως έχει κάνει και με άλλους συνανθρώπους σας που πέρασαν την ίδια εμπειρία με εσάς.

Σύντομα μετά την έξοδο σας από το νοσοκομείο θα είστε σε θέση να διαχειρίζεστε την ειλεοστομίας σας και θα μάθετε να αντιμετωπίζετε τις αλλαγές στο σώμα σας και τη στομία. Σιγά-σιγά η στομία σας θα παίζει όλο και λιγότερο σημαντικό ρόλο στην καθημερινότητά σας.

Εμείς, στην Γενική Χημικών, είμαστε πάντα στην διάθεση σας. Απλά τηλεφωνείστε μας και εξειδικευμένο προσωπικό θα σας επισκεφθεί, θα σας ακούσει από κοντά και θα σας παρέχει πρακτικές συμβουλές για την στομία σας και για τον τρόπο χρήσης των υλικών με διακριτικότητα και απόλυτη εχεμύθεια.

Πως λειτουργεί φυσιολογικά το πεπτικό σύστημα

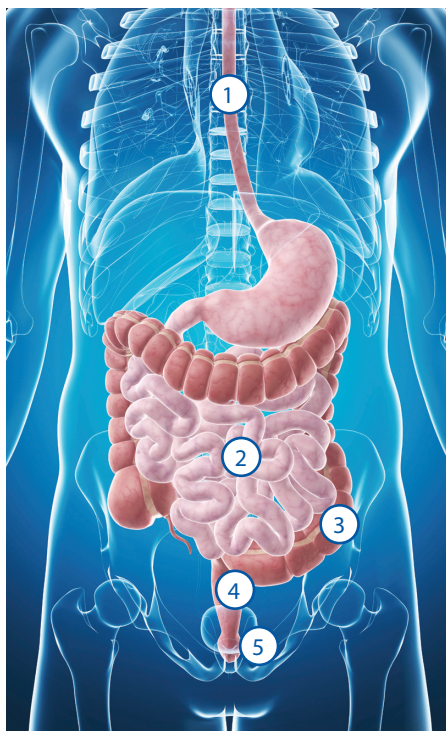
Η πέψη ξεκινά από το στόμα με το μάσημα της τροφής και με την κατάποση περνάει στο στομάχι μέσω του οισοφάγου. ①

Στο στομάχι η τροφή αναμιγνύεται με τα πεπτικά ένζυμα μέχρι να γίνει ένας υδαρής χυλός και να περάσει στον ειλεό (ή λεπτό έντερο). ②

Τα τοιχώματα του στομαχιού και του λεπτού εντέρου διαθέτουν μύες που διαστέλλονται και συστέλλονται και προκαλούν μια περισταλτική κίνηση που αναγκάζει την τροφή να προχωρήσει (αυτό ονομάζεται περίσπαση).

Κατά τη διάρκεια της «διαδρομής» της τροφής στο λεπτό έντερο τα περισσότερα από τα θρεπτικά συστατικά που περιέχονται στα τρόφιμα απορροφώνται από το σώμα, αφήνοντας ένα αρκετά υγρό μίγμα αχώνευτης ύλης και νερού. Στην συνέχεια τα προϊόντα της πέψης περνούν σε ημι-υγρή μορφή στο παχύ ④ έντερο (ή κόλον). Το παχύ έντερο έχει ως σπουδαιότερη λειτουργία την απορρόφηση του νερού, αφήνοντας την αφυδατωμένη πλέον αχώνευτη ύλη (κόπρανα) σε ημιστερεά μορφή.

Στο τέλος του παχέως εντέρου τα κόπρανα αποθηκεύονται στο ορθό ④ από όπου και εξέρχονται οι κενώσεις μέσω του πρωκτού. ⑤

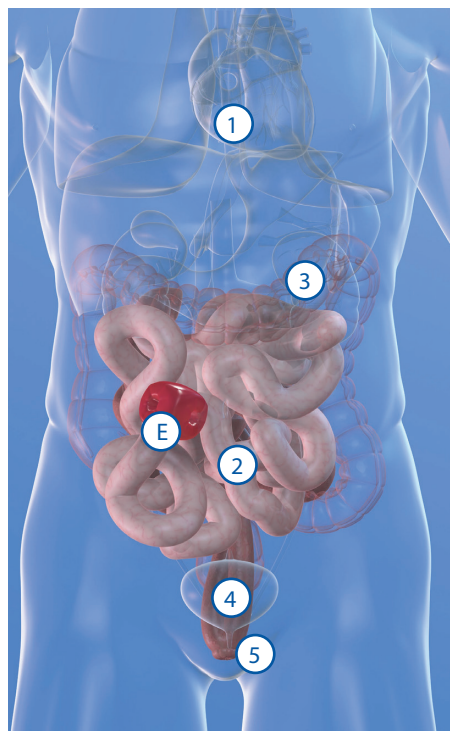


- 1 Οισοφάγος
- 2 Λεπτό έντερο (ειλεός)
- 3 Παχύ έντερο (κόλον)
- 4 Ορθό
- 5 Πρωκτός

Τι είναι η ειλεοστομία;

Υπάρχουν τρεις διαφορετικοί τύποι στομίας: κολοστομία, ειλεοστομία και ουρητηροστομία.

Στην ειλεοστομία αφαιρείται ή παρακάμπτεται προσωρινά, το κόλον³ και μερικές φορές το ορθό⁴. Τα κόπρανα δεν αποβάλλονται πλέον από τον οργανισμό με τον συνήθη τρόπο.



- 1 Οισοφάγος
- 2 Λεπτό έντερο (ειλεός)
- 3 Παχύ έντερο (κόλον)
- 4 Ορθό
- 5 Πρωκτός
- E Ειλεοστομία

Τι είναι η ειλεοστομία;

Για να απορριφθεί η αχώνευτη ύλη (κόπρανα) από τον οργανισμό, ο χειρουργός δημιουργεί ένα μικρό άνοιγμα στο εξωτερικό κοιλιακό τοίχωμα στο οποίο οδηγεί την άκρη του λεπτού εντέρου και την στερεώνει στο δέρμα. Αυτό είναι μια στομία και επειδή δημιουργείται χρησιμοποιώντας το λεπτό έντερο (ειλεός), ονομάζεται ειλεοστομία (Η λέξη «στομία» προέρχεται από την ελληνική λέξη στόμα= άνοιγμα).



Η ειλεοστομία είναι κόκκινη σε χρώμα και μοιάζει με το εσωτερικό του στόματος. Δεν έχει νευρικές απολήξεις και συνεπώς δεν υπάρχει αίσθηση. Οι κενώσεις βγαίνουν πλέον από το στόμιο και συλλέγονται στον ειδικό σάκο ειλεοστομίας (σύστημα συλλογής) που τοποθετείται γύρω από το στόμιο.

Βλενώδες συρίγγιο

Μερικές φορές, αν το ορθό δεν έχει αφαιρεθεί, το κομμένο άκρο αυτού μπορεί επίσης να τοποθετηθεί στο κοιλιακό τοίχωμα δημιουργώντας ένα μικρό άνοιγμα που ονομάζεται συρίγγιο. Αυτό απαιτεί μικρότερο βαθμό προσοχής.

Οι κενώσεις

Το φαγητό από το στομάχι ταξιδεύει στο λεπτό έντερο, όπου τα θρεπτικά συστατικά που χρειάζεται ο οργανισμός απορροφώνται αφήνοντας ένα υγρό μείγμα αχώνευτης ύλης και νερού. Αυτό αποβάλλεται από το σώμα μέσω της στομίας. Επειδή η αχώνευτη ύλη δεν έχει περάσει από το κόλον, μεγάλο ποσοστό του νερού δεν έχει ακόμη απορροφηθεί. Συνεπώς οι κενώσεις είναι συχνές και πολύ υδαρείς. Η ειλεοστομία δεν έχει σφιγκτήρα μυ και επομένως δεν υπάρχει έλεγχος των κενώσεων. Η συλλογή των κενώσεων γίνεται πλέον σε έναν ειδικό σάκο (σύστημα συλλογής) ο οποίος παραμένει συνεχώς πάνω στην στομία.

Γιατί πραγματοποιείται μια επέμβαση ειλεοστομίας;

Όπως και κάθε άλλη σοβαρή χειρουργική επέμβαση, η πραγματοποίηση μιας ειλεοστομίας δεν είναι μια απλή απόφαση και οι γιατροί το συνιστούν μόνο όταν είναι απολύτως απαραίτητο.

Αν και υπάρχουν διάφορες αιτίες, οι βασικοί λόγοι πραγματοποίησης μιας επέμβασης που θα καταλήξει στην δημιουργία μιας ειλεοστομίας καλύπτονται από τον γενικό όρο «φλεγμονώδεις νόσοι του εντέρου» που περιλαμβάνει την ελκώδη κολίτιδα και την νόσο του Crohn.



Οι φλεγμονώδεις νόσοι του εντέρου έχουν διαφορετικό βαθμό σοβαρότητας και μπορεί να προκαλέσουν διαφορετικά συμπτώματα. Το να έχει κάποιος φλεγμονώδη νόσο του εντέρου δεν σημαίνει πως θα κάνει και ειλεοστομία. Μόνο στις πιο σοβαρές περιπτώσεις, όπου ενήλικες ή παιδιά υποφέρουν από σοβαρά, χρόνια και εξουθενωτικά συμπτώματα ή όταν συντρέχει ανάγκη για επείγουσα χειρουργική επέμβαση, εξετάζεται η περίπτωση της ειλεοστομίας.

Κάποιες φορές, η ειλεοστομία μπορεί να είναι προσωρινό μέτρο, που επιτρέπει στο εναπομένον τμήμα του εντέρου να ξεκουραστεί και να θεραπευθεί, και μετά από κάποιο διάστημα να επανασυνδεθεί (αναστομωθεί). Μια προσωρινή ειλεοστομία είναι απαραίτητη σε συνδυασμό με την αφαίρεση όγκου ή με την κατασκευή εσωτερικής ληκύθου. Ο χειρουργός σας θα σας ενημερώσει αν η ειλεοστομία σας είναι προσωρινό μέτρο.

Ανεξάρτητα από το λόγο δημιουργίας μιας στομίας, πολλοί οστομικοί ανακαλύπτουν πως μια ειλεοστομία, και συνεπώς η αφαίρεση του παθογόνου τμήματος του εντέρου, μπορεί να οδηγήσει σε σημαντική βελτίωση της ποιότητας ζωής και, για κάποιους, σημαίνει ελευθερία να προγραμματίζουν τη ζωή τους χωρίς το άγχος της διαθεσιμότητας μιας τουαλέτας!

Η ειλεοστομία δεν θα αποτελέσει εμπόδιο για μια πλήρη και δραστήρια ζωή.

Πριν την επέμβαση

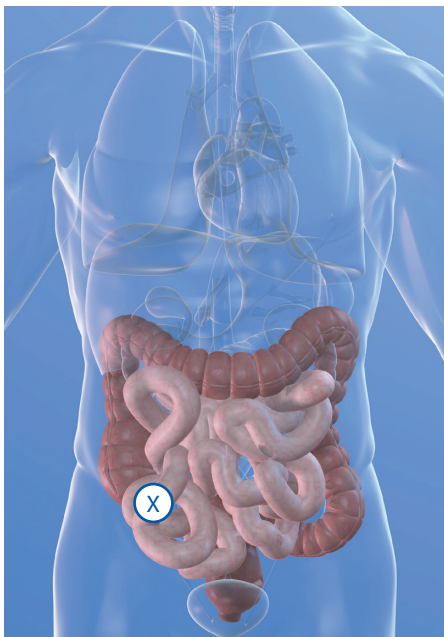
Το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό θα σας βοηθήσει στην προετοιμασία, θα σας συμβουλεύσει και θα απαντήσει στις ερωτήσεις σας. Θα σας εξηγήσει την διαδικασία και θα σας ενημερώσει αν η στομία σας θα είναι μόνιμη ή αν αποτελεί προσωρινό μέτρο.

Είναι πολύ πιθανό ότι δεν θα είστε σε θέση να κατανοήσετε όλες τις πληροφορίες που θα λάβετε από την πρώτη φορά. Ίσως σας βοηθήσει να σημειώσετε ότι απορίες έχετε, ώστε να θυμηθείτε τι θέλετε να ρωτήσετε.

Τοποθεσία στομίας

Η ειλεοστομία βρίσκεται συνήθως στην δεξιά πλευρά της κοιλιάς. Σε κάποιες περιπτώσεις, αν έχουν προηγηθεί άλλες επεμβάσεις που έχουν αφήσει σημάδια, η στομία τοποθετείται στα αριστερά.

Πριν την επέμβαση θα πρέπει να αδειάσετε το έντερο σας και θα σας δοθεί κάποιο καθαρτικό- το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό θα σας ενημερώσει σχετικά.



Συνήθης τοποθεσία της ειλεοστομίας

Στο νοσοκομείο

Μετά την επέμβαση

Όταν ξυπνήσετε από την επέμβαση, θα είστε συνδεδεμένος με διάφορα σωληνάκια και ίσως αισθάνεστε αδυναμία και δυσφορία. Αυτό είναι αναμενόμενο μετά από οποιαδήποτε εγχείρηση.

Όλοι οι σωλήνες και οι παροχετεύσεις θα αφαιρεθούν σταδιακά στις επόμενες ημέρες, θα νιώσετε πιο δυνατοί και θα ξεκινήσετε να τρώτε και να πίνετε.

Η στομία σας θα αρχίσει να είναι ενεργή μέσα σε λίγες ημέρες. Θα σας ενθαρρύνουν να βοηθήσετε με την φροντίδα της

ειλεοστομίας σας το συντομότερο δυνατό. Στην αρχή το στόμιο θα είναι πρησμένο και με ράμματα και ο σάκος που θα χρησιμοποιηθεί σε αυτό το στάδιο θα είναι μάλλον διαφανής. Το πρήξιμο θα αρχίσει σιγά-σιγά να υποχωρεί και τα ράμματα θα απορροφηθούν ή θα αφαιρεθούν. Το στόμιο θα γίνει σταδιακά μικρότερο. (Το στόμιο θα συνεχίσει να μικραίνει, ακόμη και αφού πάτε σπίτι σας και θα πρέπει να ελέγχετε ότι ο σάκος που φοράτε εξακολουθεί να εφαρμόζει καλά γύρω από την στομία.)



Στο νοσοκομείο

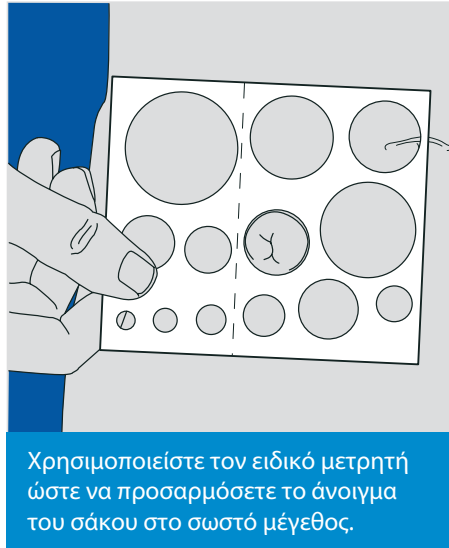
Για όσο διάστημα μείνετε στο νοσοκομείο, εξειδικευμένο προσωπικό θα σας ενημερώσει για το πως να αλλάζετε τον σάκο, πως να μετράτε το στόμιο ώστε το κολλητικό υλικό του σάκου να έχει το σωστό άνοιγμα, και γενικά πως να φροντίζετε τη στομία σας. Επίσης θα σας ενημερώσουν για τους διάφορους τύπους σάκων που υπάρχουν διαθέσιμοι.

Φεύγοντας από το νοσοκομείο

Όταν φύγετε από το νοσοκομείο θα σας δοθούν οδηγίες για την φροντίδα της στομίας σας στο σπίτι.

Ο γιατρός σας θα σας δώσει την απαραίτητη συνταγή/γνωμάτευση με τα υλικά που θα χρειαστείτε. Θα πρέπει να επικοινωνήσετε μαζί μας για να σας αποστείλουμε τα υλικά που έχει ορίσει ο γιατρός σας.

Απλά τηλεφωνείτε μας δωρεάν στο 800 500 5150.



Χρησιμοποιείτε τον ειδικό μετρητή ώστε να προσαρμόσετε το άνοιγμα του σάκου στο σωστό μέγεθος.

Στο σπίτι

Όταν επιστρέψετε στο σπίτι

Η Γενική Χημικών, με ένα δίκτυο 90 επισκεπτών, καλύπτει κάθε σημείο της Ελλάδας ώστε να έχετε άμεση εξυπηρέτηση όποτε και όπου την χρειαστείτε. Είτε χρειάζεστε υλικά είτε συμβουλές για την καλύτερη χρήση τους, ένας έμπειρος συνεργάτης μας θα βρίσκεται κοντά σας για να σας εξυπηρετήσει.

Πως θα προμηθευτείτε σάκους ειλεοστομίας

Για να προμηθευτείτε υλικά ειλεοστομίας και να ενημερωθείτε για τις διαθέσιμες εναλλακτικές σε σάκους και βοηθητικά υλικά, παρακαλούμε καλέστε μας δωρεάν στο 800 500 5150



Επισκεφθείτε μας www.gcp.gr

Email: info@gcp.gr

Καλέστε μας στα 800 500 51 50 και 210 6203000

Βοήθεια στο σπίτι

Η επικοινωνία με την εταιρεία και τους εκπροσώπους μας δεν σταματά μετά την έξοδο σας από το νοσοκομείο. Εάν για οποιονδήποτε λόγο χρειάζεστε την βοήθεια μας, ένας έμπειρος συνεργάτης μας θα σας επισκεφθεί στον χώρο σας.

Εξειδικευμένες συμβουλές

Επειδή η στομία κάθε ατόμου χρήζει διαφορετικό τρόπο αντιμετώπισης θα χαρούμε να σας ενημερώσουμε σε προσωπικό επίπεδο σχετικά με τον καλύτερο τρόπο χρήσης των προϊόντων και να σας δώσουμε συμβουλές και οδηγίες φροντίδας που θα βελτιώσουν την καθημερινότητα σας.

Αποζημίωση προϊόντων

Η εταιρεία μας θα σας ενημερώσει αναλυτικά για την διαδικασία προμήθειας και αποζημίωσης των προϊόντων από τα ταμεία. Οι ποσότητες που δικαιολογούνται είναι συγκεκριμένες και στην πλειοψηφία τους τα Ταμεία καλύπτουν το κόστος.

Συστήματα συλλογής

Οι κενώσεις στην ειλεοστομία είναι πολύ υδαρείς και η ποσότητα κυμαίνεται μεταξύ 300-700ml την ημέρα. Στην ειλεοστομία χρησιμοποιείται ένας ανοικτός- αποστραγγιζόμενος σάκος, που κλείνει στο κάτω μέρος έτσι ώστε να μπορεί να ανοίγει (και να ξανακλείνει) και το περιεχόμενο να αδειάζει στην τουαλέτα όσες φορές είναι απαραίτητο στη διάρκεια της ημέρας. Υπάρχουν δυο διαφορετικά συστήματα συλλογής. Οι αυτοκόλλητοι σάκοι και το σύστημα δυο τεμαχίων.

Αυτοκόλλητοι σάκοι

Οι αυτοκόλλητοι σάκοι είναι ιδιαίτερα δημοφιλείς καθώς είναι διακριτικοί, ελαφριοί και εύκολοι στην χρήση. Σάκος συλλογής και κολλητικό τμήμα αποτελούν ένα ενιαίο σύστημα. Οι σάκοι τοποθετούνται γύρω από το στόμιο με την βοήθεια του κολλητικού υλικού. Ο σάκος μπορεί να ανοίξει στο κάτω μέρος και να αδειάσει όποτε αυτό είναι απαραίτητο (και στην συνέχεια να ξανακλείσει). Ο σάκος αυτός αφαιρείται και αντικαθίσταται από έναν νέο σάκο συνήθως μια φορά την ημέρα ή ανάλογα με τις οδηγίες του ιατρονοσηλευτικού προσωπικού.

Οι σάκοι διαθέτουν φίλτρο που επιτρέπουν στα αέρια να εξέλθουν του σάκου χωρίς να μυρίζουν. Έτσι τα αέρια δεν μένουν μέσα στον σάκο και ο σάκος δεν θα φουσκώνει κάτω από τα ρούχα σας.

Οι σάκοι μπορεί να είναι διαφανείς ή αδιαφανείς και διατίθενται σε διαφορετικά μεγέθη/σχήματα και διαμετρήματα κολλητικού και χωρητικότητας. Υπάρχουν επίσης επιλογές για το είδος του κολλητικού (επίπεδο, curvex 3D, convex με κυρτότητα).



Συστήματα συλλογής

Οι τύποι κολλητικού υλικού ποικίλουν, αξίζει επομένως να πειραματιστείτε και να βρείτε αυτό που σας βολεύει και ταιριάζει καλύτερα στο δέρμα σας και στον τρόπο ζωής σας. Οι σάκοι της Welland, για παράδειγμα, διαθέτουν το λεπτό και εύκαμπτο υδροκολλοειδές κολλητικό Hyperflex. Το υδροκολλοειδές (κολλητικό) Hyperflex προσαρμόζεται στο σώμα σας και είναι διακριτικό, εύκαμπτο και ασφαλές.

Το υλικό από το οποίο φτιάχνονται οι σάκοι επίσης ποικίλει. Οι σάκοι σύγχρονης τεχνολογίας είναι διακριτικοί, μαλακοί με υφασμάτινης υφής κάλυμμα για μεγαλύτερη άνεση.

Σύστημα 2 τεμαχίων

Στο σύστημα 2 τεμαχίων ο σάκος συλλογής και το κολλητικό τμήμα (ή βάση) αποτελούν δυο ξεχωριστά τμήματα. Η βάση εφαρμόζει γύρω από ο στόμιο και στην συνέχεια ο σάκος εφαρμόζει και κολλάει πάνω στην βάση. Η βάση συνεχίζει να μένει πάνω στο δέρμα για 3 περίπου ημέρες ενώ ο σάκος αλλάζει μια φορά ανά ημέρα ή όπως απαιτείται.

Λοιπές επιλογές

Υπάρχουν επίσης επιλογές για το είδος του κολλητικού υλικού (επίπεδο, curvex με μορφή 3D, convex με κυρτότητα), το μέγεθος του κολλητικού, το μέγεθος του σάκου (maxi, midi, mini), το χρώμα του σάκου κοκ.

Το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό αλλά και οι εξειδικευμένοι συνεργάτες μας θα σας βοηθήσουν να επιλέξετε το κατάλληλο για την περίπτωση σας υλικό, ανάλογα με την ηλικία σας, το επάγγελμά σας, τις ιδιαιτερότητες σας αλλά και τις προτιμήσεις σας.

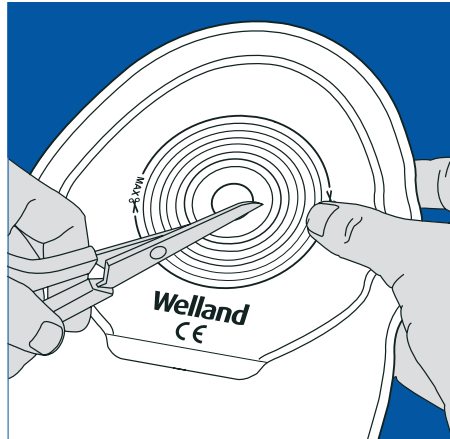


Συστήματα συλλογής

Μέγεθος οπής

Κάθε στομία διαφέρει σε σχήμα και μέγεθος, και τα συστήματα συλλογής είναι διαθέσιμα σε διαφορετικά μεγέθη και σχήματα κολλητικού.

Οι σάκοι της Welland διαθέτουν ειδικό μετρητή (για την μέτρηση του στόμιου) στο καπάκι του κουτιού συσκευασίας. Βρείτε το σωστό μέγεθος δακτυλίου, που προσαρμόζεται άνετα γύρω από το στόμιο χωρίς να το αγγίζει/πιέζει και χωρίς να αφήνει γυμνό δέρμα εκτεθειμένο στις κενώσεις. Αν η στομία σας έχει ακανόνιστο σχήμα χρησιμοποιείτε σαν μετρητή το διαφανές φιλμ που καλύπτει το κολλητικό ώστε να φτιάξετε το δικό σας μοτίβο κοπής.



Τους πρώτους μήνες μετά την επέμβαση το μέγεθος του στομίου μειώνεται σταδιακά. Θα πρέπει επομένως να παρακολουθείτε συχνά, με τους ειδικούς μετρητές, το μέγεθος της στομίας και να προσαρμόζετε ανάλογα το άνοιγμα του κολλητικού (αυτοκόλλητου ή βάσης) ώστε να εξασφαλίσετε καλή εφαρμογή. Τα περισσότερα προβλήματα, όπως ερεθισμένο δέρμα και διαρροές κενώσεων, είναι αποτέλεσμα λανθασμένης κοπής και προσαρμογής της οπής του κολλητικού υλικού γύρω από το στόμιο.

Προστασία δέρματος

Βοηθητικά υλικά στομίας

Δώστε ιδιαίτερη προσοχή στην καθαριότητα και την προστασία του περιστομικού δέρματος από ερεθισμούς. Οι κενώσεις που πέφτουν μέσα στον σάκο περιέχουν πεπτικά υγρά που μπορούν να ερεθίσουν το δέρμα όταν έρθουν σε επαφή με αυτό. Αν το δέρμα ερεθιστεί, η επούλωση του ίσως να είναι δύσκολη και η εφαρμογή του σάκου πάνω στο ερεθισμένο δέρμα (γύρω από το στόμιο) να μην γίνεται καλά.

Η Welland διαθέτει πλήρη σειρά βοηθητικών υλικών που σκοπό έχουν να προστατέψουν το περιστομικό δέρμα. Υδροστατικές πάστες, δακτύλιοι, πούδρες επούλωσης, σπρέι εξουδετέρωσης οσμών, ενυδατικές και προστατευτικές κρέμες και σπρέι, μαντηλάκια και σπρέι αφαίρεσης κόλας, μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την προστασία του περιστομικού δέρματος.

Ζητήστε τον αναλυτικό μας κατάλογο προϊόντων ή επικοινωνήστε μαζί μας για αν σας ενημερώσουμε για τις εναλλακτικές σε υλικά περιποίησης και βοηθητικά υλικά.



Αλλαγή συστήματος συλλογής

Ο σάκος ειλεοστομίας μπορεί να αδειάσει όσες φορές είναι απαραίτητο στη διάρκεια της ημέρας. Οι σάκοι (αυτοκόλλητοι και συστήματος 2 τεμαχίων) αλλάζουν συνήθως μία φορά την ημέρα (ή όπως σας έχει υποδείξει το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό). Η βάση στο σύστημα δυο τεμαχίων αλλάζει συνήθως κάθε 3 ημέρες (ή όπως σας έχει υποδείξει το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό).

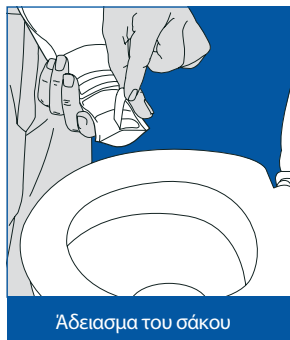
Άδειασμα του σάκου

Μπορείτε είτε να καθίσετε, είτε να σκύψετε, είτε να σταθείτε δίπλα στην τουαλέτα. Ανοίξτε το κάτω μέρος του σάκου (το ενσωματωμένο κλείστρο) και αδειάστε το περιεχόμενο στην τουαλέτα). Στην συνέχεια καθαρίστε την έξοδο του σάκου με λίγο χαρτί ή ένα μαντηλάκι και ξανακλείστε την.

Αφαίρεση του κολλητικού τμήματος (αυτοκόλλητο ή βάση)

Σιγουρευτείτε πως έχετε ότι χρειάζεστε πριν ξεκινήσετε την αφαίρεση του συστήματος συλλογής. Πρώτα αδειάστε τον σάκο από τις κενώσεις. Στην συνέχεια απομακρύνετε το κολλητικό τμήμα τραβώντας το μαλακά προς την αντίθετη κατεύθυνση. Απότομες κινήσεις μπορεί να πληγώσουν το δέρμα και να το ερεθίσουν.

Ο σάκος στην συνέχεια μπορεί να απορριφθεί με τα υπόλοιπα απορρίμματα του σπιτιού.

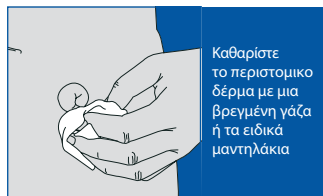


Αλλαγή συστήματος συλλογής

Καθαρισμός περιστομικής περιοχής

Καθαρίστε την περιστομική περιοχή με νερό και γάζες, με απαλές κινήσεις. Στεγνώστε την περιοχή ταμπονάροντας την με στεγνές γάζες και προσέξτε να μην τρίβετε το δέρμα.

Το σπρέι και τα μαντηλάκια αφαίρεσης κόλλας της Welland θα βοηθήσουν σημαντικά.



Προσαρμογή κολλητικού υλικού

Μετρήστε το μέγεθος του στόμιου χρησιμοποιώντας τον ειδικό μετρητή. Προσαρμόστε το κολλητικό τμήμα στο μέγεθος και το σχήμα του στομίου με το ειδικό ψαλιδάκι.



Αλλαγή του συστήματος συλλογής

Πριν αφαιρέσετε το φιλμ που καλύπτει το κολλητικό τμήμα, ζεστάνετε το κρατώντας το ανάμεσα στα χέρια σας ή τοποθετήστε το πάνω στο δέρμα σας για 5' περίπου.

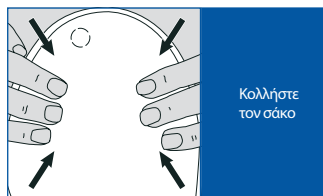
Εναλλακτικά μπορείτε να χρησιμοποιήσετε σεσουάρ σε χαμηλή θερμοκρασία. Η θερμοκρασία θα βοηθήσει στην καλύτερη εφαρμογή του κολλητικού πάνω στο δέρμα.



Βεβαιωθείτε πως δεν υπάρχουν πτυχώσεις ανάμεσα στο δέρμα και το κολλητικό (αν υπάρχουν τεντώστε το δέρμα). Αφού εφαρμόσετε το κολλητικό πιέστε το ελαφρά πάνω στο δέρμα με τα δάκτυλα σας (σαν να κάνετε ελαφρύ μασάζ). Περιμένετε μερικά λεπτά ώσπου το κολλητικό να κολλήσει σταθερά στο δέρμα.



Μην πετάξετε τον σάκο σας στην λεκάνη της τουαλέτας



Συνεχίστε με τις καθημερινές ασχολίες σας

Φαγητό

Όταν αναρρώσετε από την επέμβαση και επανέλθετε στους καθημερινούς σας ρυθμούς, ίσως ανακαλύψετε πως ή όρεξη σας είναι καλύτερη από πριν.

Έχετε υπόψη σας πως κάποια φαγητά μπορεί να σας προκαλέσουν δυσπεψία, είτε έχετε στομία είτε όχι.

Δεν χρειάζεται να τρώτε συγκεκριμένα φαγητά, αλλά θα πρέπει να προσέχετε την διατροφή σας- σταδιακά θα δείτε ποιες τροφές σας προκαλούν προβλήματα (πχ. αέρια ή δυσκοιλιότητα). Πειραματιστείτε, και αν παρατηρήσετε πως μια τροφή σας προκαλεί προβλήματα, μην την φάτε για μερικές εβδομάδες και μετά ξαναδοκιμάστε σε μικρές ποσότητες.

Κάποιες τροφές είναι δύσπεπτες και προκαλούν δυσκοιλιότητα (πχ ξηροί καρποί, καλαμπόκι, φλούδες φρούτων, καρύδα). Συνήθως αυτό είναι προσωρινό αλλά καθώς προκαλούν έντονους κολικούς πόνους καλό είναι να αποφεύγονται.

Κάποια φαγητά παράγουν περισσότερα αέρια (π.χ φασόλια και κρεμμύδια) και πολλοί επιλέγουν να τα αποφεύγουν.

Τα καρυκεύματα και κάποιες άλλες τροφές μπορούν να προκαλέσουν ελαφριά διάρροια. Αυτό δεν είναι πρόβλημα, εκτός και αν η διάρροια είναι έντονη (αλλά θα πρέπει να αδειάζετε τον σάκο πιο συχνά).

Είστε ο καλύτερος κριτής για το ποιες τροφές σας πειράζουν και ποιες όχι. Σε κάθε περίπτωση η ειλεοστομία δεν πρέπει να σας κόψει την όρεξη και η διατροφή σας να έχει ποικιλία.



Συνεχίστε με τις καθημερινές ασχολίες σας

Πίνετε υγρά

Πιθανώς να νιώθετε πως διψάτε περισσότερο και θα έχετε την ανάγκη να πίνετε περισσότερα υγρά από πριν. Αυτό συμβαίνει γιατί χάνετε περισσότερα υγρά από πριν (το κόλον δεν είναι πλέον εκεί για να μπορεί να απορροφήσει υγρά και μεταλλικά στοιχεία από τις κενώσεις του πεπτικού σας). Επομένως καλό είναι να πίνετε πολλά υγρά (και να καταναλώνετε λίγο περισσότερο αλάτι για να αντικαταστήσετε αυτό που χάνετε- εκτός και αν έχετε άλλη οδηγία από τον γιατρό σας).

Τι γίνεται με το αλκοόλ

Το αλκοόλ με μέτρο, δεν θα σας βλάψει, εκτός και αν έχετε άλλη οδηγία από τον γιατρό σας.

Ταξίδια

Τα ταξίδια δεν είναι πρόβλημα και η ειλεοστομία δεν θα σας εμποδίσει να ταξιδέψετε είτε στο εσωτερικό και το εξωτερικό.

Να έχετε μαζί σας ένα τσαντάκι ταξιδιού που θα περιέχει: σύστημα συλλογής, γάζες, αφαιρετικό κόλλας, προστατευτικό δέρματος (αν χρησιμοποιείτε) και πλαστικές σακουλίτσες. Μπορείτε να αδειάσετε ή να αλλάξετε τον σάκο σας όπου υπάρχει πρόσβαση σε τουαλέτα.

Εάν ταξιδεύετε με αεροπλάνο πάρτε τα περισσότερα υλικά μαζί σας καθώς υπάρχει πάντα η πιθανότητα να χαθούν οι αποσκευές σας.



Συνεχίστε με τις καθημερινές ασχολίες σας

Ερωτική ζωή

Μετά από μια τέτοια σημαντική χειρουργική επέμβαση είναι βέβαιο ότι θα σας πάρει κάποιο χρόνο αν ξαναβρείτε τους κανονικούς σας ρυθμούς. Μην βιαστείτε να έρθετε σε σεξουαλική επαφή, πάρτε τον χρόνο σας.

Σε κάποιες περιπτώσεις, μετά την επέμβαση, μπορεί να υπάρχει τοπική βλάβη στα νεύρα ή τον ουλώδη ιστό που μπορεί να προκαλέσει δυσκολίες. Συχνά το πρόβλημα επιλύεται μόνο του με την πάροδο του χρόνου και με την απαιτούμενη κατανόηση. Ακόμη και αν κάποιες δυσκολίες παραμένουν, υπάρχουν πολλοί τρόποι να απολαύσετε την ερωτική σας ζωή.

Εάν έχετε προβλήματα ή ξεκινάτε μια νέα σχέση και θέλετε συμβουλή, μπορείτε να απευθυνθείτε σε ειδικούς που θα σας βοηθήσουν.

Αντισύλληψη

Η ειλεοστομία δεν θα επηρεάσει την γονιμότητα σας. Για τις γυναίκες, τα αντισυλληπτικά χάπια δεν είναι η καλύτερη λύση καθώς μπορεί να να μην απορροφηθούν εντελώς, πριν απορριφθούν από τον οργανισμό. Συζητήστε σχετικά με τον γιατρό σας.

Εγκυμοσύνη

Πολλές γυναίκες με ειλεοστομία είχαν επιτυχημένες εγκυμοσύνες. Εάν θέλετε να δοκιμάσετε να κάνετε παιδιά θα πρέπει να συζητήσετε με τον γιατρό σας.



Προβλήματα που μπορεί να αντιμετωπίσετε

Αιμορραγία από το εσωτερικό του στόμιου

Αυτό δεν είναι φυσιολογικό και θα πρέπει να ενημερώσετε το γιατρό σας

Αλλαγή στο χρώμα του στομίου

Αν παρατηρήσετε αλλαγή στο χρώμα του στόμιου, π.χ έχει γίνει πιο σκούρο, ελέγξτε αν το στόμιο πιέζεται από κάτι (πχ ζώνη, κολλητικό) και ενημερώστε το γιατρό σας.

Δυσκοιλιότητα

Δεν θα έχετε δυσκοιλιότητα με την ελεοστομία αλλά αν οι κενώσεις είναι πολύ σκληρές, να πίνετε επιπλέον υγρά.

Διάρροια

Η διάρροια μπορεί να προκαλέσει αφυδάτωση. Πίνετε αρκετά υγρά για να αναπληρώσετε αυτά που χάνετε. Αν νομίζετε πως κάποιο φαγητό σας επηρέασε, αφαιρέστε το από την διατροφή σας για μερικές εβδομάδες- και ξαναδοκιμάστε μετά από κάποιο διάστημα. Αν έχετε έντονη ή συχνή διάρροια (ή εμετούς) επικοινωνήστε με το γιατρό σας.

Ερεθισμένο δέρμα

Ελέγξτε αν η οπή του κολλητικού σας έχει το σωστό άνοιγμα και είναι σωστά τοποθετημένη. Να αλλάζετε το κολλητικό υλικό σύμφωνα με τις οδηγίες που σας έχουν δοθεί, αργά και προσεκτικά ώστε να μην πληγώσετε το δέρμα. Το δέρμα πρέπει να είναι στεγνό και καθαρό. Υπάρχουν ειδικές κρέμες (WBF cream)

και προστατευτικά spray (WBF spray) που μπορούν να βοηθήσουν στην γρήγορη επούλωση του ερεθισμένου δέρματος. Επικοινωνήστε μαζί μας για να σας παρέχουμε τα απαραίτητα υλικά και τις κατάλληλες οδηγίες.

Διαρροές από το κολλητικό

Δεν πρέπει να έχετε διαρροές από το κολλητικό. Βεβαιωθείτε ότι η οπή του κολλητικού υλικού είναι σωστά κομμένη/ προσαρμοσμένη στο σχήμα και το μέγεθος της στομίας σας. Υλικά όπως οι δακτύλιου Hyperseal και οι κολλητικές ταινίες Hydroframe θα σας βοηθήσουν σημαντικά. Μην ανέχεστε αυτό το πρόβλημα, επικοινωνήστε μαζί μας ώστε ένας συνεργάτης μας να σας επισκεφθεί και να βρεθεί μια λύση.

Αέρια και φούσκωμα του σάκου

Τα αέρια συχνά επιδεινώνονται από ορισμένες τροφές και είναι κάτι που δεν μπορείτε να ελέγξετε. Το γιαούρτι συνήθως βοηθά. Πειραματιστείτε ώστε να δείτε ποια φαγητά σας προκαλούν αέρια, όπως π.χ. φασόλια, αγγούρι, αερίουχα αναψυκτικά, ξηροί καρποί.

Μη ύπαρξη κενώσεων σε συνδυασμό με πόνο

Ζητήστε ιατρική συμβουλή.

Μικροκενώσεις από τον πρωκτό

Εάν δεν έχει αφαιρεθεί το ορθόν, μπορεί να έχετε έκκριση μικρής ποσότητας βλεννών από τον πρωκτό. Αυτό είναι φυσιολογικό, αλλά αν γίνεται συχνά ενημερώστε το γιατρό σας. Αιμορραγία ή άλλου είδους κενώσεις πρέπει επίσης να αναφερθούν στο γιατρό σας.

Απαντάμε στις ερωτήσεις σας

Θα μπορούν οι άλλοι να καταλάβουν πως έχω ειλεοστομία;

Η απάντηση είναι ΟΧΙ – οι σύγχρονοι σάκοι είναι πολύ λεπτοί και διακριτικοί. Να ντύνεστε όπως σας αρέσει και όπως νιώθετε άνετα. Εσείς παρατηρήσατε ποτέ κάποιον που να νομίζατε πως έχει ειλεοστομία;

Τι γίνεται με την άθληση;

Κανένα πρόβλημα –συνεχίστε να κολυμπάτε, να χορεύετε, να συμμετέχετε σε παιχνίδια, να ασχολείστε με τον κήπο σας και ότι άλλο σας ευχαριστεί (εκτός και αν έχετε διαφορετικές οδηγίες από το γιατρό σας). Ρούχα με έντονα σχέδια καλύπτουν μικρά εξογκώματα. Οι άντρες προτιμούν συνήθως φόρμες με ψηλή μέση. Τα φαρδιά t-shirts, ιδίως πάνω από φορμάκι γυμναστικής για τις γυναίκες, είναι επίσης μια καλή λύση.

Σε ποιόν πρέπει να το πω;

Είναι εξ ολοκλήρου δική σας απόφαση. Αν σας ταλαιπωρούσε η ασθένεια σας στο παρελθόν, οι φίλοι και οι συγγενείς σας

μπορεί να αναρωτιούνται γιατί είστε ξαφνικά τόσο καλύτερα.

Οι οσμές θα είναι πρόβλημα;

Ακριβώς όπως με την κανονική κένωση από τον πρωκτό, θα υπάρξουν οσμές όταν αλλάζετε τον σάκο (υπάρχουν ειδικά αποσμητικά που θα σας βοηθήσουν). Αν ο σάκος μυρίζει και σε άλλες περιπτώσεις, ελέγξτε το σύστημα συλλογής και αν χρειάζεστε επικοινωνήστε μαζί μας. Το φαγητό που τρώμε μπορεί να επηρεάσει την οσμή που παράγεται.

Μπορώ να κάνω μπάνιο και ντους;

Ναι, είτε φορώντας τον σάκο, είτε- όταν το στόμιο δεν βγάζει κενώσεις- χωρίς τον σάκο.

Μπορώ να παίρνω φάρμακα;

Ναι, αλλά να υπενθυμίσετε στον γιατρό σας, πως έχετε ειλεοστομία- κάποια χάπια μπορούν να απορριφθούν από τον οργανισμό όπως τα πήρατε.

Γενική Χημικών:
Για περισσότερες
πληροφορίες καλέστε
μας δωρεάν στο 800 500 5150



Επισκεφθείτε μας: www.gcp.gr Email: info@gcp.gr
Καλέστε μας: 210 62 03 000



Η Γενική Χημικών είναι αντιπρόσωπος της εταιρείας Welland στην Ελλάδα

Κεντρικά Γραφεία: Αυγής 60, Κηφισιά, 145 64 Αθήνα, τηλ: 210 620 3000, 800 500 5150, fax: 210 620 1332, e- mail: info@gcp.gr

Γραφείο Θεσσαλονίκης: Πέτρου Συνδίκου 18, 546 45 Θεσ/νίκη, τηλ: 2310 868 174, fax: 2310 868 262

Γραφείο Πάτρας: Καλομοίρη 79, 26 443 Πάτρα, τηλ: 2610 431 974

