

دانشگاه علوم پزشکی اردبیل



مراقبت‌های ضروری جهت کلوستومی



کار گروه آموزش به بیماربخش جراحی

کد سند: EM-EP-16

تاریخ تدوین: بهار 1400

تاریخ بازنگری: زمستان 1402

تاریخ ابلاغ: زمستان 1402

کنید زیرا ممکن است حساسیت اولیه بعد از چند روز برطرف شود در غیر این صورت آن غذا را حذف نمایید.

3) برای پیشگیری از بوی بد، از مصرف زیاد کلم، پیاز، تخم مرغ، ماهی، بادام زمینی و حبوبات اجتناب کنید و برای جلوگیری از بوی بد مدفوع در کیسه پودر زغال چوب و یا دو عدد قرص آسپرین کوبیده بریزید. توجه داشته باشید که ماست، دوغ، جعفری و اسفناج خوش بوکننده گوارش است.

4) در تابستان چون مایعات فراوانی از طریق تعریق و کلوستومی دفع میشود. لازم است مایعات بیشتری مصرف نمایید.

5) اگر مدفوع بیش از حد آبی باشد غذاها بی مثل گندم سبوس دار، حبوبات، ذرت و آجیل را کمتر مصرف نمایید. در صورت یبوست از آب گلابی و آب انگور استفاده کنید.

6) در صورت نیاز و تمایل به مصرف حبوبات بهتر است حبوبات خام را به مدت 45 دقیقه در آب سرد خیساند پس از آن طبخ نمود تا نفخ ایجاد ننماید.

منابع: مدلاین پلاس - درسنامه پرستاری برونر سوارث

در صورت نیاز به سایر مطالب آموزشی اسکن نمایید



(در موقع چسباندن کیسه، رطوبت اضافی اطراف استوما را خشک کرده سپس کیسه کلوستومی را چسبانده به مدت 30 ثانیه محکم آن را به پوست فشار دهید تا محکم در جای خود قرار گیرد.

12) محل استوما را از نظر خونریزی، کبودی و عفونت و بوی نامطبوع بررسی کنید، در صورت مشاهده هر کدام از موارد ذکر شده به پزشک معالج اطلاع دهید. برای پیشگیری از رشد قارچها در محل میتوانید پودر نیستاتین را روی محل بمالید.

13) در 4-6 هفته اول بعد از عمل از برداشتن اجسام سنگین خودداری کنید، همچنین هر هفته خود را وزن کنید و در صورتی که کاهش وزن در حدود 3-1 کیلوگرم در هفته داشتید به پزشک معالج خود اطلاع دهید.

14) رادیوگرافی ها و آزمایشات مربوطه به خود را نگهداری نمایید.

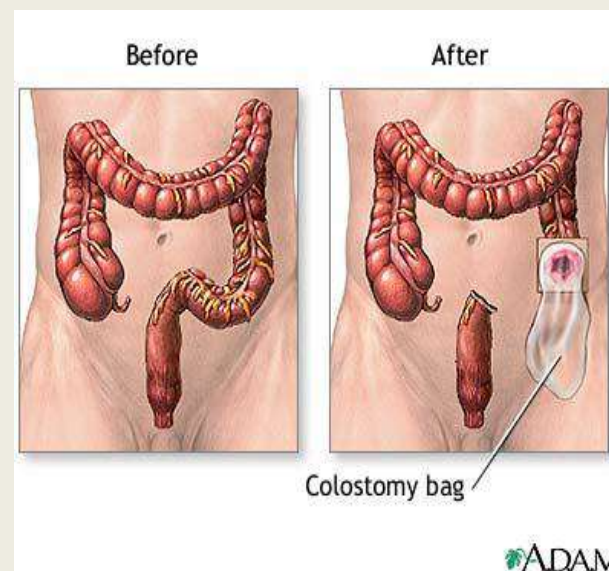
رژیم غذایی

1) رژیم غذایی متعادل و ورزش برای شما ضروری است. رژیم غذایی باید سرشار از پروتئین باشد و بهتر است کم باقیمانده باشد تا بدین وسیله حجم مدفوع 24 ساعته کم گردد.

2) از خوردن غذاهای مثل گل کلم، آجیل، ذرت، حبوبات، کلم شور و ترش که تولید گاز می کند و همچنین مصرف نوشابه های گازدار و جویدن آدامس و بلع هوا به واسطه تند غذا خوردن پرهیز شود. در صورت بروز حساسیت چند روز تحمل

کلوستومی چیست؟

ایجاد راه خروجی مدفوع و باز نمودن روده بزرگ به سطح پوست را کلوستومی می گویند که ممکن است در بیمارانی که به علل مختلف دچار انسداد روده میشوند (مانند تومور، پیچش روده و ...) تعبیه شود. در بعضی از مددجویان این عمل موقتی و با دائمی می باشد. لازم است مراقبت هایی در منزل انجام گیرد تا بهبودی شما به طور موثر و کامل به دست آید.



مراقبت های بعد از جراحی

نکات موجود در این برگه روش خود مراقبتی و بهتر زندگی کردن را در چنین وضعیتی به شما آموزش می دهد.

1) برنامه زندگی شما بایستی منظم باشد مثلاً زمان معینی برای غذا خوردن، خوابیدن و شستشوی کلوستومی و اختصاص دهید تا خللی در زندگی شما ایجاد نگردد. چنین وضعی به منظم شدن زمان خروج مدفوع از کلوستومی کمک خواهد کرد.



2) کیسه کلوستومی را هیچگاه از محل وصل به پوست خود با فشار و به طور ناگهانی جدا نکنید بلکه اول پوست اطراف کیسه را مرطوب نموده، سپس آن را به آرامی جدا نمایید. در این موقعیت پوست اطراف را ماساژ و مالش ندهید، زیرا باعث آزردهگی پوست خواهد شد بهتر است آن را با آب ولرم شسته و سپس با پنبه خشک نمایید. همچنین می توانید پوست اطراف استوما را با ملایمت و با استفاده از پارچه نرم و با صابون ساده و یا حلالی بی خطر شستشو داده، تمیز کنید.

4) استومی را (به سوراخ روده که در روی شکم ایجاد شده است استومی گفته میشود) به طور مرتب یک ساعت بعد از

صرف غذا شستشو دهید این کار باعث تحریک امواج دودی و سهولت در اجابت مزاج و منظم شدن زمان دفع می گردد. حرارت آبی که برای شستشوی کلوستومی استفاده می شود بایستی مطابق حرارت بدن و یا کمی کمتر از آن باشد.

5) برای عادت کردن به این وضعیت حدوداً شش ماه وقت لازم دارید.

6) اگر کیسه کلوستومی چند بار مصرف است برای اینکه عمر طولانی داشته باشد لازم است آن را مرتب شستشو داده و در هوای آزاد و آفتاب قرار دهید. این کار بوی بد آن را برطرف خواهد نمود.

7) سوراخ کیسه کلوستومی بایستی به اندازه دهانه سوراخ روده در سطح شکم (استومی) باشد و در صورت کوچک بودن سوراخ کیسه کلوستومی را برش زده و اندازه نمایید.

8) زمانی که یک سوم کیسه پر می شود باید تخلیه گردد تا حجم و سنگینی آن باعث کندی شدن کیسه نشود.

9) اگر سوراخ کلوستومی در سطح چپ شکم قرار دارد. هر 3-2 روز یک بار شستشو ضرورت دارد. بهترین وضعیت قرارگرفتن برای شستشوی کلوستومی حالت نشسته است.

10) هر سه روز یک مرتبه داخل استوما را با انگشت سبابه باز نمایید.