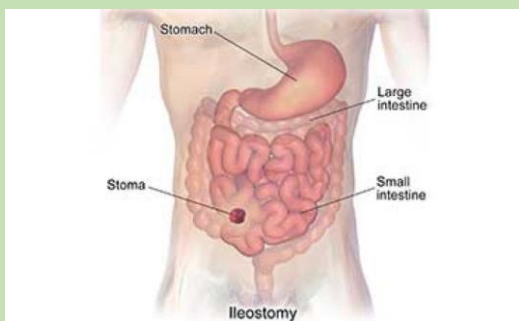


ایلئوستومی



آدرس : شیراز، چهار راه ستارخان، کوی دنا،

بیمارستان دنا

تلفن : 36490411-17

فاکس : 36490433



باز گشت به زندگی عادی و مسافرت

زمان لازم جهت بهبودی کامل 6 تا 8 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 استوما شما آسیبی نخواهد رساند.

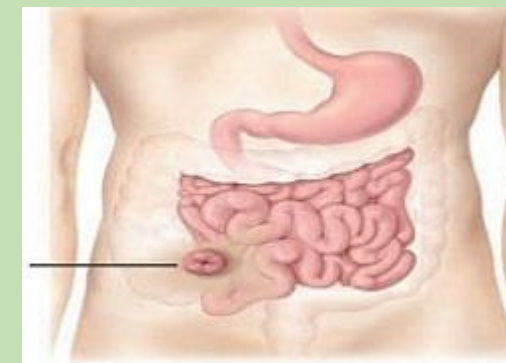
از کیسه کوچکتر در حین فعالیت جنسی استفاده کنید. از کیسه مات و پوشش دار استفاده کنید. یک خانم با داشتن ایلئوستومی می تواند پس از بهبودی کامل حاملگی داشته باشد.

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 ...

شناسنامه بروشور آموزشی

عنوان	ایلئوستومی
تهیه کننده	لیلا تیموری
سمت	پرستار ET
تأیید کننده	دکتر سهراب عاطفی
سال تهیه	بهار 1400
ناظر کیفی	دفتر آموزش به بیمار
تحت نظارت و مشاوره دفتر مدیریت کیفیت بیمارستان دنا	



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

کاهش هزینه کیسه ها

محصولات استومی شامل تعرفه های بیمه می باشند.

کیسه های یک تکه 30 عدد در ماه

کیسه های دو تکه چسب پایه 15 عدد و کیسه 15 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 3 وعده به 6 الی 8 وعده تغییر دهید (اما به میزان کمتر)

خوردن غذاهای با فیبرمانند آناناس و ذرت و کلم ها ممنوع میباشد.

پرتقال، گریپ فروت، کرفس، فلفل سبز، خیار، زیتون، آجیل، قارچ، ترشیجات، مارچوبه، نخودفرنگی، نارگیل، میوه های خشک با احتیاط استفاده شود.

رژیم غذایی دائم خوردن مایعات از هشت لیوان به بالا

ورزش

داشتن ایلتوستومی 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...

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 لبه های 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 می اندازیم.

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 می شود به دو شکل استفاده کرد: **1-** خمیر را به شکل حلقه ای به اطراف استوما می زنیم.

2- بعد از برداشتن برچسب، چسب پایه به قسمت داخلی خمیر می زنیم.

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.

ایلتوستومی 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

1- استوما (روده) حس درد ندارد بنابراین اجسام نوک تیز و زبر با استوما تماس پیدا نکنند.

2- روزهای اول بعد از عمل استوما (روده) ورم دارد و کم کم به مدت دو هفته کم می شود.

3- مواد دفعی که از استوما خارج میشوند پوست نباید در تماس با مواد دفعی قرار گیرد.

4- مشاوره با پرستار متخصص استومی (**Et nurse**) هر ماه یکبار

علائم هشداردهنده

خونریزی شدید از استوما - نشت مکرر مدفوع از چسب پایه

تغییر رنگ استوما - قرمزی و التهاب در پوست اطراف استوما

عفونت های 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 کیسه های یک تکه هر **2** تا **3** روز یکبار - تعویض کیسه های دو تکه هر **5** تا **7** روز یکبار - در صورت نشستی

کیسه، حتما کیسه تعویض شود.