

انواع کیسه های کلستومی :

شامل کیسه های قابل تخلیه ، غیر قابل تخلیه کیسه یک تکه و دو تکه است که در قابل تخلیه انتهای کیسه جهت تخلیه باز می باشد و کیسه می تواند برای چندین روز مورد استفاده قرار بگیرد که مدت استفاده کیسه های قابل تخلیه ۵-۷ روز است ولی در نوع غیر قابل تخلیه انتهای کیسه بسته بوده و فقط یک بار استفاده می شود . در کیسه یک تکه ، کیسه و محافظ پوستی به هم متصل بوده و در نوع دو تکه ، کیسه و محافظ پوستی (چسب پایه) کاملاً از هم جدا هستند .



رژیم غذایی : پس از سپری کردن دوران نقاهت می توانید به رژیم غذایی خود برگردید .

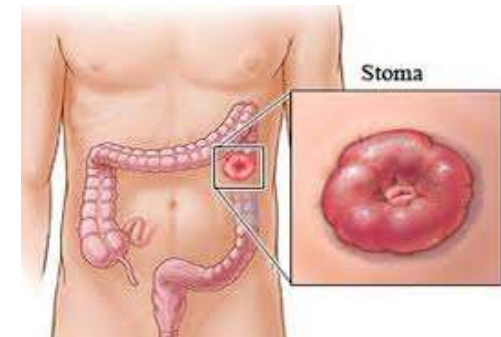
که در این صورت به صورت دائم گذاشته می شود و دفع مدفوع تا پایان عمر از طریق کلستومی انجام می شود .

لازم است بدانید اندازه کلستومی بعد از عمل جراحی ، بزرگ و متورم است که با گذشت چندین هفته و بهبودی کامل اندازه آن کوچک تر خواهد شد . بنابر این شما باید برنامه زندگی خود را منظم کنید تا خللی در زندگی شما ایجاد نشود . برای مثال زمان معینی برای غذا خوردن ، خوابیدن شستشوی کلستومی و... که این کار به منظم شدن زمان خروج مدفوع از کلستومی کمک خواهد کرد . ضمناً چون خروج مدفوع از کلستومی قابل کنترل نیست ، بنابر این لازم است کلستومی و پوست اطراف آن تمیز شود .

جهت تمیز کردن کلستومی می توانید از آب ولرم استفاده کنید . فقط توجه داشته باشید که استفاده زیاد از آب و صابون باعث خشکی و آسیب پوست اطراف کلستومی می شود .

از مصرف صابون های معطر و یا کرم های مختلف روی پوست کلستومی خودداری نمایید .

تعریف : گاهی به علت انسداد و پیچ خوردگی روده یا علل دیگر لازم است جهت خروج مدفوع توسط جراحی دریچه ای روی شکم ایجاد شود . به این دریچه استومی می گویند . در بعضی از مدد جویان این عمل موقتی و یا دائمی است .



انواع کلستومی :

موقت : گاهی اوقات باید به قسمتی از کولون استراحت داد تا التیام یابد ، بنابر این بیمار با کلستومی موقت مرخص می شود و چند ماه بعد طی یک عمل جراحی مجدد بسته شده و حرکت روده ها به حالت طبیعی خود بر می گردد .

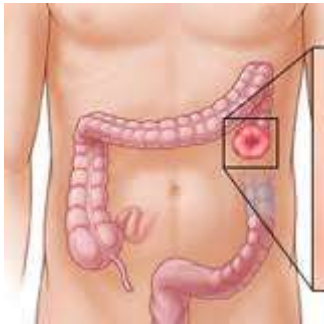
دائم : معمولاً "موقعی نیاز است که بخشی از کولون می بایستی برداشته شود یا دوباره استفاده نشود .



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
لرستان

مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر

مراقبت از کلستومی



واحد آموزش سلامت- بازنگری ۱۴۰۴

سایت بیمارستان:

<http://shohada.lums.ac.ir>

شماره تلفن های بیمارستان: ۷-۱۰۳۳۳۶۴۰۳

توصیه ها و مراقبتهای بعد از ترخیص :

۱- از پوشیدن کمربندهای سفت خودداری کنید و از فشار ، ضربه و هر گونه صدمه به استوما خودداری کنید چون در اثر ضربه به راحتی خونریزی می کند .

۲- موهای اطراف استوما کوتاه شود .

۳- زمانی که ۱/۳ حجم کیسه کلستومی پر شد ، آن را تخلیه کنید و اگر اطراف کیسه نشت داشت تعویض شود

۴- بهترین زمان تعویض کیسه در ساعات اولیه صبح قبل از خوردن صبحانه است که استوما فعالیت کمتری دارد .

۵- جهت پاک کردن پوست از آب ولرم استفاده کرده و سپس پوست را با پارچه نرم و خشک تمیز نمائید .

۶- در صورت وجود علائم هشدار دهنده ای مثل تغییر رنگ شدید از قرمز روشن تا بنفش تیره در استوما خونریزی مداوم و زیاد داخل کیسه و یا اطراف استوما درد شکم و یا گرفتگی عضلات شکم همراه با عدم خروج مواد از استوما و تهوع و استفراغ مداوم و یا اسهال های مداوم سریعاً به پزشک مراجعه کنید .

منابع: داخلی جراحی برونر سودارث ، ویراست چهاردهم ، ۲۰۱۸

-بهتر است غذای خود را آهسته و با دهان بسته به خوبی بجوید و در روز غذای با حجم کم و در ۵-۴ وعده مصرف کنید .

-در طول روز مایعات منظم مصرف کنید (۱۰-۸ لیوان) بخصوص در تابستان که باید مصرف مایعات افزایش یابد .

-رژیم غذایی سرشار از پروتئین داشته باشید و بهتر است کم باقیمانده باشد تا حجم مدفوع کم شود .

-بعضی از غذاها می توانند باعث تولید بو و یا گاز شوند که بهتر است این غذاها به اعتدال مصرف شود .

غذاهایی که بوی نامطبوع تولید می کنند شامل ماهی تخم مرغ ، سیر ، پنیر ، حبوبات ، شلغم و کلم است .

غذاهایی که باعث نفخ می شوند شامل نوشیدنی های گاز دار ، پیاز ، کلم ، ترب و تربچه ، شلغم ، لپو ، خیار و حبوبات است .

فعالیت : از ورزش های سنگین اجتناب کنید .

در ۴-۶ هفته اول بعد از عمل ، از برداشتن اجسام سنگین خودداری کنید .