

ایلوستومی و کلتومی



تهیه کننده گان :

سیمین محمدی (سوپروایزر آموزش سلامت)

رقیه رسولی (سوپروایزر آموزشی)

تأیید کننده:

دکتر میر سلیم سیدصادقی

متخصص جراحی عمومی

آخرین بازنگری زمستان ۱۴۰۳

مرکز آموزشی درمانی دکتر فاطمی

مقدمه:

پزشک معالج بنا به دلایل پزشکی سوراخی (استوما) در جدار شکم ایجاد می کند که از طریق آن روده کوچک و یا روده بزرگ به خارج از شکم راه می یابند و مواد دفعی از طریق آن دفع می شوند. چون این راه خروجی، فاقد عضلات اسفنجی برای خروج مواد دفعی می باشد، بنابراین فرد کنترل ارادی روی دفع روده ای ندارد و لازم است از کیسه های مخصوص جهت جمع آوری مدفوع استفاده کند. و محل و اندازه آن به نوع بیماری و نوع عمل جراحی و یا شرایط فیزیکی (شکم بیمار) بستگی دارد. و ممکن است دائم یا موقت باشد. به فاصله کوتاهی بعد از ایجاد استومی، ترشحات خروجی به شکل مایع جریان می یابد پس از مدتی مدفوع خمیری شکل خواهد شد.

انواع استوما (سوراخ ایجاد شده روی شکم)

ایلوستومی: بیرون گذاشتن روده کوچک از جدار شکم برای خروج مواد دفعی

کلتومی: بیرون گذاشتن روده بزرگ (کولون) از جدار شکم برای خروج مواد دفعی.

کیسه کلتومی:

کیسه نایلونی ته بسته ای است که دو طرفه می باشد و یک طرف آن به پشت کلتومی شما می چسبد. شما می توانید جهت رفع نیاز خود از انواع کیسه های کلتومی استفاده نمایید، این کیسه ها در فروشگاهها تجهیزات پزشکی به فروش می رسد. در صورتی که از کیسه های خاص تخلیه استفاده می کنید روش استفاده از آنرا از شرکت مربوطه بخواهید.

زمان تعویض کیسه کلتومی:

کیسه کلتومی حداکثر نباید بیش از ۳ روز استفاده شود. بهترین زمان تعویض کیسه، صبح ها قبل از صبحانه می باشد.



توجه: پس از مدتی بیمار می تواند در ساعات معینی طبق عادت روده ای خود را تخلیه نماید.

نکات تغذیه ای:

رژیم غذایی خاص شما پس از انجام کلتومی توسط پزشک معالج مشخص می گردد. بعد از سپری شدن روال بهبودی شما می توانید به رژیم معمولی خود برگردید.

برای پیشگیری از بروز مشکل به نکات زیر توجه کنید:

- غذا خود را آهسته و با دهان بسته به خوبی بجوید.
- در طول روز به طور منظم مایعات مصرف شود (معادل ۸ لیوان)
- در روزهای گرم مصرف مایعات را افزایش دهید.
- خوردن غذای کم در (۵-۴) وعده در روز
- بعضی از غذاها می توانند سبب تولید بو و یا گاز در سیستم گوارش شوند بهتر است این غذاها را به اعتدال مصرف کنید.

غذاهایی که اگر خوب جویده نشوند باعث انسداد می شوند:

آجیل ها، کرفس، نارگیل، قارچ، سبزیجات خام، میوه ها خشک، ذرت بو داده (پاپ کورن)

غذاهایی که ایجاد یبوست می کند شامل:

تخم مرغ، ماهی، سیر، پیاز، ادویه جات، مارچوبه، کلم و گل کلم می باشد.

غذاهایی که مدفوع را سفت می کنند:

کمپوت سیب، گوشت، برنج، پنیر، نان، سیب زمینی، سیب، موز، ماست، بادام زمینی، ماکارونی، شیر، سبزی و گل ختمی

غذاهایی که مدفوع را شل می کند شامل:

آلو و آب آلو.

غذاهایی که باعث نفخ در روده می شوند شامل:

حبوبات، کلم، آجگو، نوشابه های گازدار، گل کلم، ذرت، خیار، قارچ، نخود و اسفناج، ترب، تربچه، شلغم، لپو، پیاز

غذاهایی که بوی نامطبوع تولید می کنند:

ماهی، تخم مرغ، سیر، لوییا، حبوبات، شلغم، پنیر، کلم.

غذاهایی که بوی بد را از بین می برند شامل:

جعفری، ماست، آب پرتقال، آب گوجه فرنگی و اسفناج تازه می باشد.

نکات مهم مراقبت از استومی

بافت استوما، مانند داخل دهان قرمز و مرطوب می باشد. و حس ندارد؛ بنابراین از فشار، ضربه و صدمه به آن خودداری شود، چون در اثر ضربه به راحتی خونریزی می کند. سائز استومی ممکن است در هفته های بعد از جراحی تغییر کند، به طور مرتب سائز استومی خود را اندازه گیری کنید.

جهت پاک کردن پوست، از آب نیم گرم استفاده نمایید. پوست را با استفاده از پارچه نخی نرم و خشک به صورت گذاشتن و برداشتن تمیز نمایید. و از دستمال مرطوب کارخانه ای استفاده نکنید.

قبل از هر بار استفاده از کیسه کلتومی اطراف آنرا با دقت بررسی کنید.

اطراف استومی را از نظر هر گونه تورم، قرمزی و یا التهاب و یا حساسیت بررسی کنید.

توجه داشته باشید سوراخ وسط کیسه کلتومی باید درست در ناحیه کلتومی بدن شما قرار گیرد و چسب اطراف آن چسبیده باشد.

برای راحتی چسباندن کیسه کلتومی، موهای اطراف استوما کوتاه نگه داشته شود.

برای پیشگیری از آسیب پوست اطراف استومی، زمانی که یک سوم حجم کیسه پر شد آنرا تخلیه نمایید.

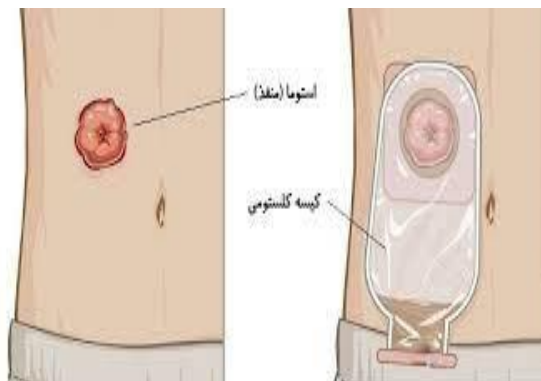
جهت پیشگیری از آسیب پوست اطراف استومی، هر زمان که اطراف کیسه نشت داشت آن را تعویض کنید.

می توانید با کیسه یا بدون کلتومی براحی حمام کرده ولی از ورود کف صابون داخل محل کلتومی اجتناب کنید بهتر است از صابون بدون چربی استفاده گردد.

از لباسهای نازک و آزاد استفاده کنید که کمتر ایجاد تعریق نماید و از پوشیدن کمر بندها بسیار سفت یا نوارهای کمری محکم خودداری کنید تا کیسه کلتومی تحت فشار نباشد.

داشتن کلتومی هیچ گونه مانعی در جهت فعالیتهای روزانه فرد ایجاد نمیکند. فقط هنگام خروج از منزل و در محل کار، حتماً کیسه و وسایل اضافی با خود به همراه داشته باشید.

فعالیت جنسی بر روی کلتومی اثر خاصی ندارد یک خانم نیز با داشتن کلتومی میتواند براحی حامله شود. از ورزش های سنگین و وزنه برداری اجتناب کنید.



در صورت مشاهده هر یک از علائم زیر با جراح یا پرستار مراقب تماس بگیرید:

- تغییر رنگ شدید در استوما از قرمز روشن تا بنفش تیره
- خونریزی مداوم یا به مقدار زیاد داخل کیسه
- خونریزی اطراف استوما
- درد شکم با گرفتگی عضلات شکم همراه با عدم خروج مواد از استوما و تهوع و استفراغ مداوم.
- تغییر غیر طبیعی در شکل و اندازه استوما (بیرون زدگی یا تورفتگی)
- اسهال های مداوم همراه با کاهش حجم آب بدن
- تورم، قرمزی، التهاب و یا حساسیت اطراف استومی

منبع:

پرستاری داخلی – جراحی برون و سودارت ۲۰۲۲ گوارش

مؤلف: جانیس ال. هینکل، کری اچ. چوپر

مترجم: مریم عالیخانی