



Praktikus tanácsok sztómaviseelőknél

A sztóma

- A sztóma mérete változhat a műtétet követő hetekben, ezért mérje meg rendszeresen ez idő alatt a sztóma méretét, hogy a tapadó felület megfelelően illeszkedjen,
- Ön időnként érezheti a sztóma mozgását. Ez annak köszönhető, hogy a sztóma normál bélmozgást végez.
- A sztóma körüli szokatlan viszketés vagy kellemetlen érzése esetén ellenőrizze a bőrt, mivel ezek a tünetek lehetnek a bőrön jelentkező probléma első jelei- forduljon a sztómaterápiás ápolóhoz tanácsért,
- Bármilyen sztómát érintő változást tapasztal, akár a bél hosszúságában, vagy akár kis dudort a sztóma körül, keresse fel a kezelőorvosát vagy a sztómaterápiás ápolót.

Sztómaterápiás ápoló

- Tájékozódjon hol van a legközelebb elérhető sztómaterápiás ápoló
- Mindig érdeklődjön, egyeztessen időpontot telefonon, mielőtt a kórházban felkeresi az ápolót.

Kórházi kezelés

- Ha kórházba készül, mindig vigye magával a sztóma ellátásához szükséges eszközöket.

Szagok

- Szagtalanító termékek állnak rendelkezésre a zacskóból kiszűrődő szag csökkentésére

Eszközök rendelése

Jegyezze fel a termék nevét, átmérőjét és típusát amelyet ön visel, ennek révén könnyebb a rendelés.

- Mindig biztosítson magának valamennyi tartalékot megrendelés utáni esetleges késedelem esetére. Kerülje a többletrendelést vagy a tartalékolást.
- Ne feledje, hogy a sztóma mérete megváltozhat az utolsó megrendelés óta, és akár eszközváltásra is szükség lehet, ezért a termék megrendelése előtt keresse fel az ápolót.
- Előfordulhat, hogy technikai problémái adódnak, kérjen tanácsot a sztómaterápiás ápolótól.

Az eszközök tárolása

Amikor először megkapja a termékeket tanulmányozza át az összes használati utasítást és információt. Az eszközöket tárolja hűvös helyen, közvetlen napfénytől és illatos anyagoktól védve.

Ápolási tippek

- Ne hagyja a zsákokat teljesen megtelni, még azelőtt ürítse ki. A helyes eljárás, ha a maximum félig telt zsákokat már üríti.
- Ne felejtse, hogy a tapadó felületet maximum 0,5 mm-el vághatja nagyobbra, mint a sztóma mérete. Ez azért fontos, mert a nem megfelelő méretűre vágott eszköz problémákat okozhat a bőrön. A túl nagyra vágott eszköz esetén a bőr felázhat aláfolyó szennyeződéstől, a kicsire vágott pedig a sztóma károsodását, fekélyt okozhat.



Magyar Sztómaterápiás Nővérek Egyesülete

1115 Budapest, Bártfai u. 63. VIII/ 26

Adószám: 18240641-1-43

Számlaszám: OTP: 11711034-20856449

oldal 2 / 2

- Kerülje az olajos fürdőszerek, hintőpor vagy krémek használatát a sztóma körül, mert zavarja a tapadófelület tapadását. A kéz-meleg víz használata a legjobb tisztítás céljából.
- Tapaszthatja, hogy a sztóma a tisztítás közben vérzik - ez normális. Nagy mennyiségű vérzés esetén orvoshoz kell fordulni.
- A sztóma körüli bőrről a szőrszálakat távolítsa el. Ezt a műveletet szárazon a szőr növekedésének megfelelő irányban végezze, vigyázva a hámréteg épségére.
- Övet, csatot a ruházatán úgy viselje, hogy ne zavarja a zsák használatát.

Az eszköz cseréje

AZ ESZKÖZÖKET SOHA NE HÚZZA LE A WC-N!

- Fürödhet, vagy zuhanyozhat az eszközzel, vagy nélküle is. Nincs garancia arra, hogy a sztóma nem fog működni közben, de ha kialakul egy ritmus a székletürítésre, a megfelelő napszakban biztonságban tisztálkodhat.
- Ha úgy dönt, hogy az eszközzel fürdik /zuhanyozik, ellenőrizze, hogy a szénszűrő le legyen takarva.
- Ileosztóma esetén ezeket a műveleteket akkor végezze, ha a sztóma kevésbe aktív, ez főleg a reggeli időszak lehet.
- Soha ne várjon addig, amíg az eszköz szivárogni kezd, időben cserélje le.
- A sztóma nem steril. Mossa le a sztómát és a környező bőrt meleg csapvízzel, majd törölje szárazra.
- Hagyjon elég időt magának az eszközcseréhez. Főleg kezdetben kapcsoljon ki maga körül minden zavaró tényezőt, hogy nyugodtan tudja elvégezni a tevékenységet.

Utazás

- Mindig legyen egy cserére való adag eszköz Önnél, mely tartalmaz még, törülközőket és műanyag zacskót a használt zsák eldobásához, ha nem nagy távolságra utazik.
- Hosszabb útra készüljön fel leereszthető zsákkal, és hasmenés elleni szerrel is, esetleges problémák ellátására.
- Készítesse a sztómaterápiás ápolóval UTAZÁS KÁRTYÁT, a következő adatokkal: milyen terméket használ, és a célsországban elérhető sztómaterápiás szolgáltatások.
- Ossa szét a segédeszközöket a kézipoggyász és raktérben elhelyezhető poggyász között, a poggyász elvesztése esetén így kivédhető, hogy az összes eszköz elveszzen.
- Ne tegyen ollót a kézipoggyászba repülés esetén, előre vágja ki azokat.
- Amikor hosszú útra utazik, az előírtnál több készletet vigyen.

Készítette: Orbán Andrea sztómaterapeuta