

Stomia: czym jest i kto jej potrzebuje?

Stomią nazywamy połączenie części jelita grubego lub cienkiego z powierzchnią ciała. Wyłonienie Stomil następuje podczas operacji: wówczas fragment jelita zostaje wycięty, a przez ścianę brzucha zostaje poprowadzona nowa droga wypróżniania. Pacjent ze stomią nie jest w stanie kontrolować wypróżnień, dlatego musi korzystać z worka stomijnego, do którego wydalane są gazy i fekalia. Stomia to często jedyne rozwiązanie dla pacjentów dotkniętych chorobami (np. stanami zapalnymi lub nowotworami jelita i odbytu) a także osób z wrodzonymi wadami i powikłaniami po chorobach brzucha wymagającymi usunięcia fragmentu jelita i uniemożliwiający naturalny sposób wydalania. W zależności od rodzaju schorzenia wyróżnia się 3 typy stomii: ileostomia (wyłonione zostaje jelito cienkie), kolostomia (podczas której wyłania się jelito grube) oraz urostomia (jej zadaniem jest odprowadzanie moczu z pominięciem pęcherza moczowego). U niektórych pacjentów stomia jest rozwiązaniem czasowym – bywa konieczna przy operacjach jelitowych, kiedy przywrócenie właściwego funkcjonowania jelita w danym momencie jest zbyt ryzykowne (stosuje się ją także w procesie gojenia chorego odcinka jelita). Po wyleczeniu stanów zapalnych jelit możliwe jest przywrócenie normalnego funkcjonowania układu wydalniczego.

Pielęgnacja pacjentów ze stomią

W przypadku stomii codzienna pielęgnacja wymaga dodatkowych czynności. Należy przede wszystkim:

- regularnie sprawdzać umocowanie i szczelność worka stomijnego
- myć skórę wokół stomii wodą lub wodą z mydłem
- systematycznie wymieniać woreczek stomijny i kontrolować stan jego wypełnienia
- dobrać odpowiednie wyposażenie (dostosowane do rodzaju stomii)
- w przypadku podrażnień używać specjalnych kremów regeneracyjnych
- pamiętać o posiadaniu zapasu worków i płytek stomijnych

Stomia a dieta

Pacjenci ze stomią powinni zadbać o właściwą dietę: podstawą odżywiania takich osób są produkty bogate w błonnik i woda (zaleca się wypijanie ok. 2 l dziennie). Najlepiej, by posiłki spożywać regularnie w równych odstępach czasu (3-5 razy w ciągu dnia). W przypadku stomii problemem jest słabsze wchłanianie przyjmowanych pokarmów (a w szczególności płynów), dlatego należy pamiętać o częstym picu wody (warto też zrezygnować z potraw wywołujących gazy, np. z warzyw strączkowych oraz z picia gazowanych napojów).

Wpływ stomii na życie pacjenta

Z reguły pacjenci ze stomią mogą prowadzić normalne życie (w razie problemów warto skorzystać z pomocy pielęgniarki stomijnej, która doradzi, jak dobrać odpowiednie wyposażenie i w jaki sposób postępować ze stomią). Stomia jest niewidoczna dla innych ludzi

(znajduje się zazwyczaj z lewej lub prawej strony brzucha) – ma kolor cielisty, można ją łatwo schować pod ubraniem, nie wydziela zapachów i nie przecieka (pod warunkiem, że jest szczelna i dobrze założona). Materiały, z których produkowane są płytki i woreczki stomijne są elastyczne i odporne na różne czynniki (osoby posiadające stomię mogą pływać i uprawiać inne sporty, muszą jedynie przykładać większą wagę do codziennej pielęgnacji i diety). W przypadku osób ze stomią ważne jest wsparcie ze strony najbliższych, które pozwoli zaakceptować nową sytuację oraz pozbyć się poczucia wstydu i dyskomfortu związanego z posiadaniem stomii. Pacjenci ze stomią powinny dbać o utrzymanie odpowiedniej wagi (otyłość może prowadzić do wypadnięcia stomii i wylania zawartości woreczka), dużo spacerować i unikać dźwigania oraz schylania (tego typu aktywności mogą wywołać przepuklinę), a także wzmacniać mięśnie brzucha (odpowiednie ćwiczenia zleci lekarz lub rehabilitant).

Senior
Home

