



SZPITAL
UNIwersytecki
W KRAKOWIE

Stomia jelitowa

PODSTAWOWE INFORMACJE



WYMIANA WORKA STOMIJNEGO

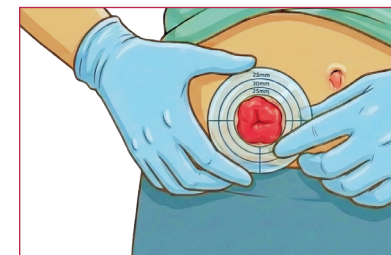
4.

Stomia jelitowa to celowo wykonane połączenie światła jelita z powierzchnią ciała.

Kolostomia to połączenie światła jelita grubego ze skórą.

Ileostomia to połączenie światła jelita cienkiego ze skórą powłok brzusznych.

Sprzęt dopasuj do swojej stomii, średnicę sprawdź za pomocą miarki. Otwór w płytce powinien być o 2-3 mm większy niż średnica stomii.



1.

Wymieniaj sprzęt, gdy jest to potrzebne lub zgodnie z zaleceniami producenta.

Umyj ręce przed każdą zmianą płytki lub worka. Wymianę wykonuj w wygodnej pozycji stojącej, siedzącej lub leżącej.



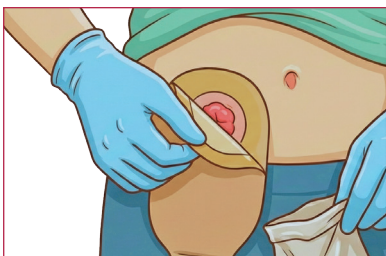
5.

Wycinaj otwór specjalnymi nożyczkami stomijnymi. **Rozgrzej płytkę w dłoniach** przed przyklejeniem.



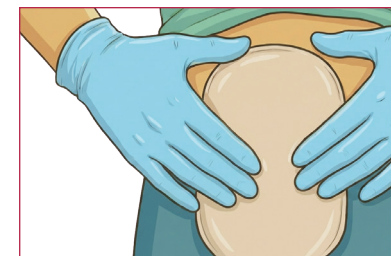
2.

Podtrzymuj skórę palcami, żeby jej nie naciągać i nie podrażniać.



6.

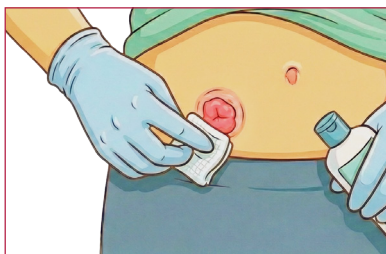
Przyklejaj płytkę od dołu do góry na suchą skórę, dociśnij palcami.



3.

Myj stomię i skórę wokół niej wodą i łagodnym mydłem lub kosmetykami dedykowanymi do pielęgnacji stomii.

Po umyciu dokładnie osusz skórę.



7.

Opróżniaj worek stomijny do toalety, opróżniony worek wyrzuć do śmieci. **Po zakończeniu umyj ręce.**



DODATKOWE WSKAZÓWKI

- Możesz brać prysznic ze sprzętem lub bez niego. Unikaj kąpieli w wannie.
- Owłosienie wokół stomii usuwaj tylko golarką jednorazową.
- Nie używaj kremów ani pianek do depilacji.
- Stań przed lustrem, żeby lepiej widzieć stomię przy zakładaniu worka.
- Korzystaj tylko z produktów przeznaczonych do pielęgnacji stomii.
- Nowe kosmetyki testuj wcześniej na małym fragmencie skóry.
- Ileostomię i urostomię najlepiej zmieniać rano- po nocy są mniej aktywne, co ułatwia procedurę.



PODSTAWOWE WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE ODŻYWIANIA PO ZABIEGU WYŁONIENIA STOMII

- rozszerzaj dietę powoli
- jedz 3-5 posiłków dziennie, powoli przeżuając
- pij 2-2,5 l niegazowanych płynów (jeśli nie ma przeciwwskazań)
- ogranicz kawę, czarną herbatę, słodczyce, tłuste i smażone potrawy
- dbaj o świeżość posiłków, ostatni zjedz 2 godz. przed snem
- ogranicz tłuszcze zwierzęce, masło, margarynę
- używaj oliwy, oleju lnianego, rzepakowego
- zamień białą mąkę na razową/graham
- wybieraj fermentowane mleczne produkty (jogurt, kefir, maślanka)

Wskazania

CO POWINNO CIĘ ZANIEPOKOIĆ?

- uporczywe zaparcia/obfite stolce mimo zastosowania diety
- ciemnoczerwone/fioletowe/brązowe/czarne zabarwienie stolca
- obfite krwawienie
- obrzęk stromii
- brak stolca + ból brzucha, nudności
- niegojące się zmiany skórne wokół stromii
- napięta, zaczerwieniona, znacznie ocieplona skóra
- wypuklenie brzucha przy stromii/nadmierne wysunięcie jelita
- obrzęk i napięcie stromii + wydalanie treści w postaci cieniiego paska
- zapadnięcie stromii poniżej poziomu skóry



Na terenie Szpitala znajduje się odpłatny parking dla pacjentów. W celu uzyskania szczegółowych informacji dotyczących zniżek w opłatach za parkowanie dla pacjentów hospitalizowanych w Szpitalu Uniwersyteckim zapraszamy na naszą stronę internetową:

www.su.krakow.pl

DIŁO

Budynek D, poziom 0 **kolor żółty** pokój 24E

Centralny Punkt Pobrań

Budynek H, poziom 0 **kolor zielony**
poniedziałek- piątek 6.30-19.00

Poradnia Prehabilitacyjna

Budynek C, poziom 0 **kolor niebieski** gabinet C.0.09.

Poradnia Anestezjologiczna

Budynek C, poziom 1 **kolor niebieski**

nr tel. do rejestracji Poradni Anestezjologicznej: 12 400 19 51

PREHABILITACJA jest elementem ścieżki okołoooperacyjnej – od momentu kwalifikacji do zabiegu aż do kontroli pooperacyjnej. **Zwiększa bezpieczeństwo leczenia chirurgicznego/urologicznego oraz minimalizuje ryzyko powikłań i wydłużonej rekonwalescencji.**

W **PORADNI PREHABILITACYJNEJ** będziesz objęty opieką specjalistów, którzy pomogą Ci się jak najlepiej przygotować do czekającego Cię zabiegu operacyjnego.

OTRZYMASZ WSPARCIE:

- ▶ Dietetyka Klinicznego
- ▶ Zespołu ds. Żywienia Klinicznego
- ▶ Psychologa
- ▶ Edukatora cukrzycowego
- ▶ Pielęgniarki
- ▶ Lekarza kwalifikującego do zabiegu