



مراقبت از کلوستومی



تهیه کنندگان:

با راهنمایی آقای دکتر مهر افسا

شمسی اسفندیاری (سرپرستار)

هاجر بیرامی: سوپروایزر آموزش سلامت

تاریخ تدوین: ۱۴۰۰

ویرایش: دوم

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴

کد - PA-PHE

کلوستومی:

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 کلوستومی می گویند در بعضی از مددجویان این عمل موقتی و یا دایمی باشد لازم است بدانید اندازه کلوستومی بعد از عمل جراحی بزرگ و متورم است که با گذشت زمان چندین هفته و بهبودی کامل اندازه آن کوچکتر خواهد شد شما بایستی برنامه زندگی خود را منظم کنید تا خللی در زندگی شما ایجاد نگردد برای مثال زمان معینی برای غذا خوردن ، خوابیدن، شستشوی کلوستومی و غیره در نظر بگیرید چنین وضعی به منظم شدن زمان خروج مدفوع از کلوستومی کمک خواهد کرد خروج مدفوع از کلوستومی قابل کنترل نیست بنابر این لازم است کلوستومی و پوست اطراف آن تمیز شود جهت تمیز کردن کلوستومی می توانید از آب ولرم و صابون استفاده نمائید

به خاطر داشته باشید از مصرف صابونهای معطر و کرم های مختلف روی پوست خودداری نمائید.



کلوستومی به رنگ صورتی مایل به قرمز است در صورت تغییر رنگ آن به رنگ کبود و تا خروج ترشحات چرکی، خونریزی، تب، عدم خروج مدفوع، نفخ شکم، بی اشتها می

و تورم به پزشک معالج مراجعه فرمائید در صورتی که کلوستومی موقت دارید در تاریخ تعیین شده مراجعه نمایید.

کیسه را هیچ وقت با فشار جدانکنید بلکه اول پوست اطراف

کیسه را مرطوب نموده سپس به آرامی آنرا جدا کنید.

در این موقعیت پوست اطراف را ماساژ ندهید زیرا باعث آزدگی پوست خواهد شد بهتر است آنرا با آب ولرم شسته

با پنبه خشک نمائید اگر بتوانید به تخلیه مدفوع نظم دهید وجود کیسه کلوستومی لازم نخواهد بود طبعاً می توان با پانسمان ساده ای روی دهانه کلوستومی را پوشانده و آنرا با کمر بند و یا وسیله مشابه در محل خود ثابت کرد حرارت آبی که برای شستشوی کلوستومی استفاده می شود بایستی مطابق حرارت بدن و یا کمی کمتر از آن باشد.



سوراخ کیسه کلوستومی بایستی به اندازه دهانه سوراخ روده در سطح شکم باشد و در صورت کوچک بودن سوراخ، کیسه کلوستومی را برش زده و اندازه نمایید .

در اکثر موارد سوراخ کلوستومی در سطح چپ شکم قرار دارد و هر دو سه روز یکبار شستشو ضرورت دارد.

بهترین وضعیت قرار گرفتن برای شستشوی کلوستومی هر سه روز یک مرتبه داخل استوما را با انگشت سبابه باز نمائید. پوست اطراف استوما را با ماییمت وبا استفاده از پارچه نرم وبا صابون ساده شستشوداده و تمیز کرد. برای جلوگیری از بوی بد مدفوع دربرای عادت کردن به این وضعیت معمولا حدود شش ماه وقت لازم دارید.

اگر کیسه کلوستومی چند بار مصرف است برای اینکه عمر طولانی داشته باشید لازم است آنرا به طور مرتب شستشو داده و در هوای آزاد و آفتاب قرار دهید این کار بوی بد آنرا مرتفع خواهد نمود.

بهداشت و مراقبتهای بیماران کلوستومی:

۱- آرامش خود را حفظ کنید.

۲- تغذیه مناسب داشته باشید و غذا را با حجم کم و دفعات زیاد دریافت نمائید از خوردن غذاهای نفاخ و ملین خودداری کنید

۳- ورزشهای مناسب انجام دهید دفع مناسب داشته باشید

۴- از انواع مایعات به قدر کافی مصرف کنید.

۵- نکات بهداشتی را دقیقاً رعایت کنید.

۶- پس از هر بار شستشو یا تعویض کیسه دستهایتان را با آب و صابون شستشو دهید.

۷- در صورت مشاهده خراش یا قرمزی دور کلوستومی از مواد نرم

کننده مثل پماد اکسید دو زنگ استفاده کنید.

۸- برای بیماران کلوستومی یک بررسی تغذیه ای کامل

انجام می شود بعد از سپری شدن دوران بهبودی شما می توانید به رژیم معمولی خود برگردید.

بیمار باید از مصرف غذاهایی که موجب بوی زیاد و دفع گاز

می شود اجتناب کند مانند: ماهی، حبوبات، خانواده کلم، تخم مرغ، سیر، پیاز، ادویه جات، مارپوبه، خیار، قارچ، نخود، آجیل، محصولات سلولزی، شورها)

غذاهای غیر متحرک می توانند جایگزین غذاهایی شوند که محدود شده اند تا کمبود غذایی جبران شود در صورت ایجاد اسهال به بیمار غذاهایی توصیه می شود که مدفوع را سفت می کنند مثل سیب، موز، پنیر، ماست، ماکارونی، برنج، شیر، سبزی و گل ختمی در صورت ایجاد یبوست به بیمار غذاهایی توصیه می شود که مدفوع را شل می کنند مثل آلو و آب آلو

غذاهایی که بو را از بین می برند شامل جعفری، ماست، آب پرتقال، آب گوجه فرنگی، اسفناج تازه

در صورت بروز خونریزی، نفخ، سفتی شکم، اسهال و تب به پزشک معالج

۹- جهت جلوگیری از آسیب دیدگی مخاط در هنگام شستشو

ارتفاع سطح شستشو دهنده ۳۰ سانتی متر بالا تر از لگن

قرار می گیرد تا مقدار فشار مایع رعایت گردد.

۱۰- در هنگام تعویض کیسه وسایل مورد نیاز جهت تعویض کیسه

یعنی گان تمیز- دستکش یکبار مصرف- آبسلانگ تمیز

جهت مالیدن پماد دور کلوستومی- مواد نرم کننده- مثل اکسید

دو زنگ را قبل از شروع کار آماده کنید.

آیا می توان با کلوستومی حمام کرد؟ یله شما می توانید با

پانسمان کلوستومی به راحتی حمام کرده ولی توجه داشته

باشید بقایای صابون بایده داخل محل کلوستومی شما داخل

نشود بهتر است از صابونهای بدون چرب استفاده نمایید .

۱۱- تا ۴الی ۶ هفته از انجام فعالیتها و ورزشهای سنگین جهت

جلوگیری از باز شدن بخیه ها خودداری کنید.

۱۲- با توجه به کم بودن حرکات روده در صبح تعویض کیسه بهتر

است صبح قبل از خوردن صبحانه باشد..

۱۳- با توجه به کم بودن حس ناحیه اطراف کلوستومی به وجود آمدن

جراحات را متوجه نخواهید شد پس شستشو را طبق دستورات انجام دهید

منابع: پرستاری داخلی - جراحی (بونر و سودارث)