

## ROMANIAN

### Dvs. și stoma

#### *Ce este o stomă?*

Stoma este un cuvânt grecesc care înseamnă „deschidere” sau „gură”. Există, în general, trei tipuri de stome:

- colostomie: din intestinul gros;
- ileostomie: din intestinul subțire;
- urostomie: urostomia este un tip de deturnare urinară.

#### *De ce voi avea o stomă?*

Este posibil ca operația dvs. să trebuiască să fie efectuată dintr-o varietate de motive, iar medicul chirurg și asistenta medicală responsabilă de îngrijirea stomei vă vor explica aceste lucruri. Există o serie de boli și condiții diferite care pot duce la necesitatea unei stome, cum ar fi:

- colită ulcerativă;
- boala Crohn;
- boala diverticulară;
- incontinență fecală;
- cancer;
- traumă;
- polipoză adenomatoasă familială;
- răni cauzate de radiații;
- anomalii congenitale;
- insuficiență a vezicii urinare.

#### *Înainte de intervenția chirurgicală*

Veți avea ocazia să vă întâlniți cu chirurgul dvs. și asistenta medicală responsabilă de îngrijirea stomei o dată sau de două ori, înainte de intervenția chirurgicală, unde vi se va spune despre toate aspectele intervenției chirurgicale, veți primi informații scrise și, cel mai probabil, veți fi informat despre produse pe care să le luați în considerare. În timpul programărilor dvs. preoperatorii aveți timp să puneți întrebări și să discutați despre orice aspect al îngrijirii dvs. Este indicat să începeți să faceți o listă de lucruri pe care să le discutați înainte de întâlnirile dvs. pentru a le lua cu dvs., astfel încât să nu uitați să întrebați nimic.

#### **Este o idee bună să luați cu dvs. un membru al familiei sau îngrijitorul dvs. la întâlnirile dvs. preoperatorii, deoarece există o mulțime de informații care trebuie luate în calcul.**

Echipa de îngrijire a stomei va fi esențială pe parcursul călătoriei dvs. și va fi disponibilă pentru a vă sfătui și a vă sprijini atât pe dvs. cât și pe familia/îngrijitorii dvs.

#### *Cum va arata stoma mea?*

Aceasta va fi moale la atingere, roz-roșie la culoare și umedă; mai degrabă asemenea interiorului gurii. Nu există senzație la nivelul stomei, așa că nu este dureroasă. Cu toate acestea, are o vascularizație bogată și este normal să sângereze puțin din când în când, mai ales când se curăță. Stoma dvs. este probabil să fie umflată la început și va dura câteva săptămâni până se va reduce în dimensiune. Vor fi suturi mici în jurul marginii stomei, care vor fi fie dizolvabile sau asistenta medicală responsabilă de stomă le va îndepărta în 1-2 săptămâni de la operație.

#### *După operație*

Când vă treziți după operație, vă veți simți obosit. Este posibil să treceți printr-o serie de emoții în acest răstimp și pentru ceva timp după aceea. Acest lucru va varia, deoarece suntem cu toții diferiți.

Este posibil să aveți perfuzii și tuburi de dren atașate la corpul dvs., dar nu există nici un motiv de alarmă - acest lucru este normal. Toate acestea vor fi îndepărtate atunci când este necesar și cu foarte puțin disconfort.

Fiecare stomă este diferită și poate dura ceva timp pentru a începe să funcționeze. Cel mai bine ar fi să discutați acest lucru cu asistenta medicală responsabilă de îngrijirea stomei.

## ROMANIAN

### Îngrijirea pielii

Îngrijirea pielii este o parte esențială a îngrijirii stomei.

Imediat după intervenția chirurgicală, stoma și pielea din jur pot părea umflate și chiar puțin iritate. Acest lucru este de așteptat postoperator și, cu îngrijire corespunzătoare, ar trebui să se îmbunătățească în aparență în timp.

S-ar putea să observați că produsele necesare se pot modifica datorită modificărilor dimensiunii și formei stomei. Modelul dvs. de stomă se va modifica și va trebui verificat cel puțin săptămânal pentru primele 8 săptămâni sau în special dacă se poate vedea o suprafață mare de piele sănătoasă prin deschidere.

Pielea din jurul stomei dvs. are nevoie de îngrijire și atenție continuă pentru a preveni și a reduce riscul de durere și iritație. Dacă începeți să dezvoltăți o piele iritată sau chiar ruptă, nu întârziati să contactați asistenta medicală responsabilă de îngrijirea stomei pentru sfaturi adecvate privind tratamentul și nevoia de produse alternative.

### Viața cu o stomă

Când sunteți externat pentru prima oară din spital, vă veți simți obosit și veți găsi sarcinile de zi cu zi, cum ar fi un duș, obositoare. Acest lucru este normal și se va îmbunătăți în timp. Este posibil să simțiți inițial o anumită durere și disconfort în timp ce vă recuperați după intervenția chirurgicală. Acest aspect este o parte normală a recuperării. Evitați îmbrăcămintea strâmtă în această perioadă deoarece abdomenul dvs. poate fi dureros și umflat.

Este normal să vă simțiți emotiv după o intervenție chirurgicală majoră, așa că nu vă faceți griji dacă aveți zile „dificile” sau „triste” pentru început. Comunicarea cu familia și prietenii poate fi de ajutor - să nu vă simțiți că trebuie să vă descurcați singur. Asistenta medicală responsabilă de îngrijirea stomei este acolo pentru a vă sprijini și există grupuri de sprijin pentru pacienți care vă pot ajuta.

Nu vă însăimântați să cereți ajutor.

Schimbarea pungii stomei va fi lentă la început, dar cu practică și pe măsură ce câștigați încredere, aceasta va deveni o parte din rutina zilnică.

### Obținerea produselor

Veți fi externat din spital cu o cantitate de pungi și orice echipament suplimentar de care aveți nevoie. Asistenta medicală responsabilă de îngrijirea stomei vă va fi înscris la o Asociație Ostomy din statul dvs., de unde puteți obține consumabilele lunare necesare. Va exista o taxă de membru, dar aceste aspecte vor fi trebui să fie discutate cu Asociația.