

Usted y su estoma

¿Qué es un estoma?

Estoma es una palabra griega que significa abertura o "boca". En general, hay tres tipos de estomas:

- Colostomía Desde el intestino grueso
- Ileostomía Desde el intestino delgado
- Urostomía: Una Urostomía es un tipo de desviación urinaria.

¿Por qué voy a tener un estoma?

Es posible que su operación deba realizarse por una variedad de razones y su cirujano y enfermera especializada se lo explicarán. Existen varias enfermedades y afecciones diferentes que pueden resultar en la necesidad de un estoma, como:

- Colitis ulcerosa
- Enfermedad de Crohn
- Enfermedad diverticular
- Incontinencia fecal
- Cáncer
- Trauma
- Poliposis adenomatosa familiar
- Daño por radiación
- Anomalías congénitas
- Insuficiencia vesical

Antes de su cirugía

Tendrá la oportunidad de reunirse con su cirujano y enfermera especializada en una o dos ocasiones antes, donde se le informará sobre todos los aspectos de su cirugía, se le proporcionará información por escrito y, probablemente, se le mostrarán los productos que debe considerar. Durante sus citas preoperatorias, debe tener tiempo para hacer preguntas y discutir cualquier aspecto que considere oportuno. Es posible que desee comenzar a hacer una lista de temas para discutir antes de sus citas para llevar con usted y para que no olvide preguntar nada.

Es buena idea llevar a un miembro de su familia o cuidador a sus citas preoperatorias, ya que se recibe mucha información.

El equipo de enfermería de atención del estoma será clave a lo largo de su viaje y estará disponible para asesorar y apoyar a usted y a su familia/cuidadores.

¿Qué aspecto tendrá mi estoma y cómo lo sentiré?

Será suave al tacto, de color rojo rosado y húmedo; más bien como el interior de su boca. No hay sensación en el estoma por lo que no es doloroso. Sin embargo, tiene un suministro de sangre abundante y es normal que sangre un poco de vez en cuando, especialmente al limpiar. Es probable que su estoma esté inflamado al principio y tardará unas semanas en reducir su tamaño. Habrá pequeños puntos de sutura alrededor del borde de su estoma que se disolverán o su enfermera de cuidado de estoma se los quitará en 1 o 2 semanas después de su operación.

Después de su cirugía

Cuando despierte después de su operación, se sentirá cansado. Es posible que experimente una variedad de emociones durante este tiempo y algún tiempo después. Esto variará ya que todos somos diferentes.

Es posible que tenga sondas y tubos de drenaje conectados a su cuerpo, pero no hay razón para alarmarse, esto es bastante normal. Todo esto se eliminarán cuando sea apropiado y con muy poca molestia.

Cada estoma es diferente y puede llevar un tiempo comenzar a trabajar. Será mejor hablar sobre esto con su enfermera de atención del estoma.

Cuidando su piel

Cuidar su piel es una parte esencial de cuidar su estoma.

Inmediatamente después de la cirugía, su estoma y la piel circundante pueden verse inflamados e incluso un poco irritados. Todo esto es de esperar después de la operación y con un buen cuidado debería mejorar su apariencia con el tiempo.

Es posible que los requisitos de su producto se alteren debido a los cambios en el tamaño y la forma de su estoma. La plantilla de su estoma se modificará y debe revisarse al menos semanalmente durante las primeras 8 semanas, o especialmente si se puede ver mucha piel sana a través del orificio.

El área de la piel alrededor de su estoma necesita atención y cuidados continuos para prevenir y reducir el riesgo de dolor. Si comienza a desarrollar una piel dolorida, irritada o incluso dañada, no tarde en ponerse en contacto con la enfermera de cuidado del estoma para obtener el asesoramiento adecuado sobre el tratamiento y la necesidad de productos alternativos.

Viviendo con un estoma

Cuando se le da de alta hospitalaria por primera vez, se sentirá cansado y le resultarán agotadoras algunas tareas cotidianas como darse una ducha. Esto es normal y mejorará con el tiempo. Es posible que experimente cierto dolor e incomodidad inicialmente mientras se recupera de su cirugía. Esta es una parte normal de la recuperación. Evite la ropa ajustada durante este período ya que su abdomen puede estar dolorido e inflamado.

Es normal sentirse emocionalmente después de una cirugía mayor, así que no se preocupe si tiene días "tristes" o "llorosos" al principio. Hablar con familiares y amigos puede ser útil, no crea que necesita hacer superar esto solo. Su enfermera de atención del estoma está allí para ayudarlo y hay grupos de apoyo para pacientes que también pueden ayudarlo.

No tenga miedo de pedir ayuda.

El cambio de la bolsa del estoma será lento al principio, pero con práctica y a medida que adquiera confianza, esto se convertirá en parte de su rutina diaria normal.