

Vy a Vaše stomie

Co je stomie?

Slovo stoma pochází z řečtiny, které znamená „otvor“ nebo „ústa“. Obecně existují tři typy stomií:

- Kolostomie: Z tlustého střeva
- Ileostomie: Z tenkého střeva
- Urostomie: Urostomie je typ odklonu moči

Proč mám stomii?

Vaši operaci může být nutné provést z různých důvodů a váš chirurg a specializovaná zdravotní sestra Vám vše vysvětlí. Existuje celá řada různých onemocnění a stavů, jež mohou mít za následek potřebu stomie, jako jsou:

- Ulcerózní kolitida
- Crohnova choroba
- Divertikulární nemoc
- Fekální inkontinence
- Rakovina
- Zranění
- Familiární adenomatózní polypóza
- Nemoc z ozáření
- Vrozené vady
- Poruchy močového měchyře

Před operací

Před operací budete mít možnost se jednou či dvakrát setkat s chirurgem a specializovanou zdravotní sestrou, přičemž Vám budou vysvětleny všechny aspekty operace, poskytnuty informace v písemné formě a s největší pravděpodobností představeny produkty, jejichž používání byste měli zvážit. Během předoperačních setkání byste měli mít čas klást otázky a promluvit si o všech aspektech Vaší péče. Je dobré si sepsat seznam věcí, na které se chcete během setkání zeptat. Nezapomeňte si tento seznam vzít s sebou, abyste na nic nezapomněli.

Dobrý nápad je vzít si s sebou na předoperační setkání člena rodiny nebo pečovatele, protože Vám bude poskytnuto mnoho informací, které si budete muset zapamatovat.

Tým ošetřovatelů pečující o stomii pro Vás bude po celou dobu Vaší cesty klíčový a bude k dispozici, aby vám poradil a podpořil Vás i vaši rodinu/pečovatele.

Jak bude má stomie vypadat?

Bude měkká na dotek, růžovo-červené barvy a vlhká; něco jako uvnitř úst. V místě stomie není citlivost, takže není bolestivá. Je však velmi prokrvená, takže je normální, že někdy krvácí, zejména pak při čištění. V místě Vaší stomie bude s největší pravděpodobností otok a potrvá několik týdnů, než se zmenší. Na okraji stomie budou malé stehy, které budou buď rozpustné nebo Vám je zdravotní sestra věnující se péči o stomii odstraní za 1-2 týdny po operaci.

Po operaci

Když se po operaci probudíte, budete se cítit unaveni. Je možné, že během této doby a i po určitou dobu poté zažijete řadu emocí. To se bude lišit, protože jsme všichni jiní.

Můžete mít odkapávací a odtokové hadičky připojené k vašemu tělu, ale není důvod k znepokojení – je to zcela normální. To vše bude odstraněno bez větších nepříjemných pocitů.

Každá stomie je odlišná a než začne fungovat, může to nějakou dobu trvat. Bude nejlépe, když si o tom pohovoříte se zdravotní sestrou, která má péči o stomii na starosti.

TJECKISKA

Péče o kůži

Péče o kůži je nezbytnou součástí péče o stomii.

Bezprostředně po operaci může vaše stomie a okolní kůže vypadat otekle a dokonce i trochu podrážděné. To vše lze očekávat po operaci a s dobrou péčí by se to mělo časem zlepšit.

Možná zjistíte, že se Vaše požadavky na produkty mohou změnit v důsledku změn velikosti a tvaru stomie. Šablona stomie se změní a měla by být kontrolována nejméně jednou týdně po dobu prvních 8 týdnů, nebo zejména v případě, že je skrz otvor vidět velká část zdravé kůže.

Oblast kůže kolem stomie vyžaduje neustálou péči a pozornost, aby se předešlo riziku bolesti. Pokud se u Vás vyskytne bolest, podráždění nebo dokonce porušená kůže, neprodleně se obraťte na svou zdravotní sestru, která se věnuje péči o stomii a požádejte ji o vhodnou radu ohledně léčby a potřeby jiných produktů.

Život se stomií

Po první propuštění z nemocnice se budete cítit unaveni a každodenní činnosti jako sprchování, Vám budou připadat vyčerpávající. To je normální a časem se všelepší. Při zotavování z operace můžete pociťovat určitou bolest a nepříjemné pocity. Je to obvyklá část zotavování. Během tohoto období nenoste příliš přiléhavé oděvy, protože břicho může být bolestivé a oteklé.

Zvýšené emoce jsou po velké operaci obvyklé, takže se nemusíte bát, pokud zažijete dny, kdy budete mít špatnou náladu nebo budete plačtiví. Rozmluva s rodinnou nebo přáteli může pomoci – nemějte pocit, že se s tím musíte vyrovnat sami. Zdravotní sestra věnující se péči o stomii je zde pro Vás a rovněž existují skupiny pacientů, které Vám mohou také pomoci.

Nebojte se požádat o pomoc.

Výměna sáčku stomie bude zpočátku pomalá, ale s praxí získáte jistotu a stane se to součástí Vašeho běžného denního režimu.

Jak získám zásoby produktů?

Při propuštění z nemocnice Vám bude poskytnuta zásoba sáčků a další potřebné vybavení. Zdravotní sestra věnující se péči o stomii Vás přihlásí do asociace stomiků ve Vašem příslušném státě, kde Vám poskytnou potřebné měsíční zásoby produktů. Členství v asociaci je za poplatek, nicméně o tomto si musíte pohovořit přímo s asociací.