

Ön és a sztómája

Mi az a sztóma?

A sztóma egy görög eredetű szó, jelentése „nyílás” vagy „száj”. Általánosságban háromféle sztómáról beszélhetünk:

- Kolosztóma: Vastagbél kivezetés
- Ileosztóma: Vékonybél kivezetés
- Urosztóma: Húgyúti kivezetés

Miért van szükségem sztómára?

Műtétjét számos különböző tényező indokolhatja, ezekről a sebésze és a szakápolója tájékoztatja majd Önt. Számos különféle betegség és állapot vezethet sztóma szükségességéhez, például:

- Fekélyes vastagbélgyulladás
- Crohn-betegség
- Diverticulitis
- Széklet inkontinencia
- Rák
- Trauma
- Familiáris adenomatosus polyposis
- Sugárzás okozta károsodás
- Veleszületett rendellenességek
- A húgyhólyag betegségei

A műtét előtt

A műtétet megelőzően egy vagy két alkalommal lehetősége lesz találkozni sebészével és szakápolójával, akik szóban és írásban is tájékoztatják Önt a műtét minden aspektusáról, és valószínűleg bemutatnak Önnek néhány olyan terméket, amelyek használatát fontolóra veheti. A műtét előtti megbeszélések során lehetősége lesz rá, hogy kérdéseket tegyen fel, és megvitassa az ellátás részleteit. A műtét megbeszélések előtt érdemes lehet összeállítania egy listát a megvitatandó dolgokról, hogy ne feledkezzen meg felteendő kérdéseiről.

Célszerű lenne a műtét előtti megbeszélésekre egy családtagja vagy gondozója kíséretében érkeznie, mivel rengeteg információt kell majd befogadnia.

A sztómafelügyelő ápolócsoport kulcsfontosságú szerepet fog betölteni a felépüléséhez vezető úton, és az Ön és családja/ápolói segítségére lesz.

Hogy fog kinézni a sztómám, és milyen érzete lesz?

A sztómák tapintásra puhák, rózsaszínes-vöröses színűek és nedvesek; leginkább a száj belsejére hasonlíthatók. A sztóma érzéketlen, így nem jár fájdalommal. Ugyanakkor gazdag a vérellátása, és normális, ha időnként kissé vérzik, főleg a tisztításakor. A sztómája elsősorban valószínűleg duzzadt lesz, és néhány hétbe telik majd, mire csökkenni fog a mérete. A sztóma széle körül kis öltések lesznek, amelyek vagy felszívódnak, vagy a sztómafelügyelő ápoló a műtét után 1-2 héttel eltávolítja azokat.

A műtét után

Amikor a műtétből felébred, fáradtnak fogja érezni magát. Lehetséges, hogy ez alatt az idő alatt és utána egy ideig érzelmek széles skáláját tapasztalja majd. Ez mindenkinél változó, mivel mind különbözőnk.

Előfordulhat, hogy csepegtető- és dréncsövek lesznek a testén, de nincs oka aggódni – ez teljesen normális. Ezeket mind eltávolítjuk a megfelelő időben, és ez a folyamat enyhe kellemetlenséggel jár csak.

Mindegyik sztóma különbözik, és időbe telhet, mire megkezdik működésüket. Érdemes erről beszélnie a sztómafelügyelő ápolójával.

UNGERSKA

Bőrápolás

A bőrápolás elengedhetetlen része a sztóma kezelésének.

Közvetlenül a műtétet követően a sztóma és a környező bőr duzzadtnak, sőt kissé irritáltnak tűnhet. Mindez a műtét után teljesen normális, és megfelelő ápolással idővel javulhat a sztóma megjelenése.

Termékgigénye megváltozhat a sztóma méretének és alakjának változásai miatt. A sztómasablon változik, így az első 8 hétben legalább hetente ellenőrizni kell azt, különösen, ha a lyukon keresztül sok egészséges bőr látható.

A sztóma körüli bőrterület folyamatos ápolást és figyelmet igényel a fájdalom kockázatának megelőzése és csökkentése érdekében. Ha fájdalmassá, irritáltá vagy repedezetté válik a bőre, mihamarabb keresse fel sztómafelügyelő ápolóját, hogy ő tanácsokkal láthassa el a kezeléssel és az alternatív termékek szükségességével kapcsolatban.

Élet a sztómával

Amikor kiengedik a kórházból, fáradtnak fogja érezni magát, és a hétköznapi feladatokat, például a zuhanyzást is kimerítőnek találhatja. Ez normális, és idővel javulni fog. Kezdetben némi fájdalmat és kényelmetlenséget tapasztalhat a műtétből való felépülése során. Ez hozzátartozik a gyógyulási folyamathoz. Kerülje a szoros ruházatot ebben az időszakban, mivel a hasa fájhat és duzzadt lehet.

Normális, ha elöntik az érzelmek egy ilyen nagy műtét után, ezért ne aggódjon, ha a műtétet követő első napjai rosszak. A családdal és a barátokkal való beszélgetés sokat segíthet – ne érezze úgy, hogy egyedül kell megbirkóznia a helyzettel. Sztómafelügyelő ápolója a rendelkezésére áll, és vannak olyan betegtámogató csoportok is, amelyek szintén a segítségére lehetnek.

Ne féljen segítséget kérni!

A sztómazsák cseréje eleinte lassan fog menni, de gyakorlással és a nagyobb magabiztosság megszerzésével a szokásos napi rutin részévé fog válni.