



**SZPITAL
W PUSZCZYKOWIE**

*Szpital w Puszczykowie
Opieka, zaufanie, profesjonalizm*

PROGRAM EDUKACJI ZDROWOTNEJ

„Edukacja pacjenta z wylonioną stomią”

Oddział Chirurgiczny

TEMAT: Edukacja pacjenta z wyłonioną stomią

CEL DYDAKTYCZNY:

1. Pogłębienie wiedzy chorych i ich rodzin, dotyczącej wymiany worka stomijnego
2. Poprawa jakości życia

METODA DYDAKTYCZNA: bezpośrednia rozmowa lekarza, pielęgniarki, fizjoterapeuty, psychologa z pacjentem oraz jego rodziną, pogadanka, ćwiczenia, dyskusja.

ŚRODKI DYDAKTYCZNE: publikacje informacyjne dla chorych z wyłonioną stomią i ich rodzin (prasa, broszury, ulotki)

PROWADZĄCY: personel Oddział Chirurgicznego

UCZESTNICZY: pacjenci z wyłonioną stomią

MIEJSCE: Oddział Chirurgiczny

Wymiana worka stomijnego

1. Przed wymianą worka należy przygotować sobie:

- nowy worek stomijny,
- pastę gojąco- uszczelniającą,
- nożyczki do wycięcia otworu,
- środki ułatwiające przyklepienie worka stomijnego tzw. druga skóra,
- suchy ręcznik, gąbkę lub gazę,
- worek na zużyty worek stomijny.

2. Wymiana worka stomijnego

- Wyrysuj na płytce stomijnej odpowiednia wielkości otworu (otwór nie powinien być większy niż 1-2mm od przetoki),
- Jeżeli używasz worka otwartego, przed zmianą należy go opróżnić,
- Płytkę lub przyklepiec odklejaj powoli i delikatnie, od góry ku dołowi (można wspomóc się środkiem w spreju ułatwiającym odklejenie płytki, pamiętać należy o zmyciu go przed przyklejeniem kolejnego worka),
- Dokładnie wytrzyj skórę i stomię z resztek kału,
- Zmyj skórę gąbka z ciepłą wodą nasączoną mydłem,
- Następnie dokładnie osusz skórę wokół stomii ręcznikiem, jelito nie jest unerwione, dlatego dotyk nie sprawia bólu, natomiast jest unaczynione, więc przy dotyku może delikatnie krwawić,

- Przed przyklejeniem płytki można ją ogrzać w dłoniach, ułatwi to lepsze przytwierdzenie płytki, można również użyć środka ułatwiającego przyklejenie płytki tzw. „druga skóra”,
- Odklej papier zabezpieczający płytkę,
- Wycisnij pastę stomijną na brzeg wyciętego otworu w płytce a następnie naklej płytkę od dołu do góry i delikatnie dociśnij ją palcami (dobrze jest napiąć brzuch poprzez wzięcie głębokiego wdechu),
- Sprawdź dokładne przymocowanie woreczka poprzez lekkie jego pociągnięcie,
- Upewnij się czy w trakcie naklejania nie powstały żadne zagięcia pomiędzy skórą a płytką,
- Płytkę z workiem dobrze jest dopasować do ciała w pozycji siedzącej, stojącej i leżącej. Ułatwi to dopasowanie płytki do poruszającego się ciała,
- Zużyty worek wyrzucić do kosza na śmieci po uprzednim opróżnieniu jego zawartości,
- Pamiętaj, aby po wymianie worka umyć dokładnie ręce.

3. Dodatkowe informacje:

1. Do higieny stomii możesz używać wodę i łagodne mydło lub kosmetyki przeznaczone do pielęgnacji stomii i jej okolicy, które możesz kupić w sklepie medycznym.
2. Do usuwania owłosienia ze skóry wokół stomii nie stosuj kremów i pianek do depilacji.
3. W trakcie kąpieli nie musisz mieć założonego worka ani płytki.

4. Nie stosuj oliwek lub wilgotnych chusteczek do pielęgnacji niemowląt na skórę wokół stomii mogą one utrudnić przyklejenie nowego worka stomijnego. Inne preparaty tj. spirytus czy woda utleniona i benzyna mogą wywołać podrażnienia skóry.
5. W przypadku wystąpienia reakcji uczuleniowej na płytkę stomijną wypróbuj inny zestaw stomijny.
6. Przez pół roku od wyłonienia stomii nie obciążaj nadmiernie mięśni brzucha ciężkimi pracami fizycznymi. Wsparciem dla osłabionych mięśni może być pas przepuklinowy przeznaczony dla osób ze stomią i dostępny w sklepach medycznych.
7. Aktywność fizyczna jest jak najbardziej wskazana – ukierunkuj ją na odbudowę wytrzymałości, siły i kondycji.