



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قم  
مرکز آموزشی - درمانی حضرت فاطمه معصومه (س)

# خود مراقبتی های کلستومی

تهیه کننده: فاطمه مهکی

تابستان 99

کلستومی: نوعی عمل جراحی است که طی آن روده بزرگ توسط سوراخی بنام استوما به سطح شکم باز میشود و خروج مدفوع از آن صورت می گیرد. این سوراخ به کیسه کلستومی وصل میشود. کلستومی یک درمان است و هیچ منافاتی با فعالیت ندارد.

اقدامات قبل از عمل جراحی:

- ❖ با فردی که کلستومی دارد صحبت کنید
- ❖ چند روز قبل از عمل غذای پر انری و کم باقیمانده مصرف نمایید
- ❖ از مایعات وانما برای تخلیه روده استفاده کنید
- ❖ لوله معده جهت خروج باد شکم گذاشته میشود
- ❖ سوند ادراری نیز جهت تخلیه مثانه گذاشته میشود

اقدامات بعد از جراحی:

- بعد از عمل پرستار مکررا شمارا کنترل خواهد کرد تا در صورت بروز عوارض زیر اقدامات لازم انجام شود مثل کنترل:
- ❖ بررسی رنگ و اندازه استوما که به طور طبیعی به رنگ قرمز روشن و شفاف است
- ❖ نشست از محل پیوند روده که باعث خیس شدن پانسمان میشود

- ❖ افتادگی دریچه سوراخ یا اصطلاحا پرولاپس که به دلیل چاقی بروز میکند
- ❖ سوراخ شدن روده بعلت شستن تهاجمی روده
- ❖ چروکیده شدن استوما
- ❖ آسیب پوست اطراف استوما
- ❖ گیر کردن مدفوع در مسیر
- ❖ مشکلات تنفسی بدلیل بی حرکتی ناشی از جراحی و اما شما....
- ❖ بلافاصله بعد از جراحی سرفه کنید و تنفس عمیق بکشید
- ❖ تا میتوانید مایعات مصرف کنید
- ❖ دو تا سه روز بعد روی کلستومی را باز کنید که در این موقع مدفوع شل از محل سوراخ تخلیه خواهد شد
- ❖ تخلیه مدفوع 72 ساعت بعد از جراحی باید شروع شود
- ❖ تهوع و نفخ شکم نشانه انسداد است و سریعا گزارش کنید
- ❖ از صابونهای قلیایی مثل صابون بچه برای مراقبت از پوست اطراف استوما استفاده کنید و کاملا خشک نمایید

- ❖ دهانه کیسه کلتومی 3 سانتی متر از خود سوراخ بزرگتر باشد
- ❖ از مصرف غذاهای بودار و پر ادویه خودداری کنید
- ❖ 4الی 5 روز بعد از جراحی زمان مناسب جهت شستشوی کلتومی میباشد بعد از صرف غذا
- ❖ غذا را کاملا بجوید در صورت یبوست از آب آلو سیب انگور و گلابی استفاده کنید در صورت اسهال از قرص ضد اسهال استفاده کنید
- ❖ برای شستن کلتومی بهترین زمان 4الی 5 روز بعد از عمل و بعد از صرف غذاست هر روز در یک زمان معین انجام شود. قبل از انجام کار روی یک صندلی بالای توالت نشسته باکشیدن آهسته پوست از زیر چسب کیسه را بردارید پوست را بایک دستمال نرم مرطوب وبا آب گرم و صابون ملایم به آرامی بشویید میتوانید قبل از کندن چسب حمام کنید بعدا نیم تا یک لیتر آب ولرم را حدود 45 تا 50 سانت بالاتر از دهانه سوراخ آویزان نموده واز طریق لوله متصل به آن سوراخ را شستشو دهید و پوست را کاملا خشک کنید
- ❖ اندازه نهایی کیسه ونوع آن 3 ماه بعد از عمل تعیین میشود و 3 هفته بعد مجددا استوما چک میشود
- ❖ کلتومی با فعالیت جنسی تداخلی ندارد

### نکاتی درباره کیسه کلتومی:

- کیسه های مخصوص یک تکه و دو تکه هستند کیسه ته بازو ته بسته
- کیسه های ته بسته از آنها باز نیستند و قابل تخلیه نمیشوند در صورت نیاز به تخلیه کیسه برداشته شده و تعویض میگردد
- قطر استوما را با استفاده از اندازه گیر مخصوص مشخص کنید طول و عرض استوما ممکنست یک اندازه نباشد یعنی استوما کاملا گرد نباشد دراین صورت حتما طول و عرض آن را جداگانه اندازه گیری کنید
- برای برداشتن چسب پایه باید ابتدا گوش جداکننده روی چسب را پیدا کنید و لبه های چسب را به آرامی از سمت بالا به پایین از پوست جدا کنید سعی کنید پوست را با یک دست نگاه دارید بر حسب نیاز و شرایط توصیه میشود کیسه ها حداقل روزانه و چسب پایه یکروز در میان تعویض شود
- برای تعویض کیسه باید زمانی انتخاب شود که عجله و استرس خاصی وجود نداشته باشد و استوما در حال فعالیت نباشد

- برای خشک کردن اطراف استوما از حوله نرم و خشک و تمیز استفاده کنید همچنین از سشوار روی پایین ترین درجه استفاده کنید
- کیسه های استومی را همیشه باید در مکان خنک و دور از نور مستقیم خورشید نگه داشت
- عفونت پوستی اطراف استوما ممکنست همراه با قرمزی پوست ایجاد تاولهای متعدد خارش و ترشح باشد
- سعی کنید از کرم هایا پودرهای آرایشی در پوست اطراف استوما استفاده نکنید واز دستمال مرطوب برای پاک کردن استفاده نکنید
- از آب ولرم و حوله نرم برای تمیز کردن پوست اطراف استوما استفاده کنید