

Pielęgnacja stomii



Autor
Aleksandra Lademann
Pielęgniarka, Specjalista opieki paliatywnej

3 minuty czytania

Stomią nazywana jest każda sztuczna przetoka wyłaniana z konkretnego narządu na zewnątrz ciała chorego. Wykonywana jest w trakcie zabiegu chirurgicznego. Stomie wyłaniane na zewnątrz brzucha, w zależności od swojego celu, dzielą się na **stomie wydalnicze** i [gastrostomie \(odżywcze\)](#).

Stomia wydalnicza to otwór na zewnątrz brzucha, przez który wydalana jest treść jelitowa lub mocz do umieszczonych na brzuchu tzw. worków stomijnych.

W zależności od lokalizacji, chirurgicznie wyłonione przetoki dzielą się na:

- **Kolostomia** - wyłoniona na jelicie grubym. Światło jelita wyprowadzone operacyjnie na powierzchnię brzucha.
- **Ileostomia** - wyłoniona na jelicie cienkim.
- **Urostomia** - połączenie układu moczowego ze skórą.

Więcej o rodzajach stomii, ich pielęgnacji oraz odpowiednim doborze sprzętu stomijnego dowiesz się na stronie [Fundacji STOMALife](#).

Jak pielęgnować chorego ze stomią?

- ✓ W miarę możliwości należy zachęcać chorego, aby nauczył się sam zmieniać worek. Poczuj się samodzielny i pomocny. Stwórz warunki, aby zmiana worka była możliwa: podaj choremu lusterko oraz blat roboczy na akcesoria do wymiany (by były pod ręką chorego).
- ✓ U osób z wyłonioną stomią wydalniczą istnieje zagrożenie powikłań i dolegliwości skórnych wokół stomii (nadżerki, stany zapalne), spowodowanych kwaśną treścią jelitową. Stąd ważne jest codzienne dbanie o [higienę wokół stomii](#).
- ✓ Dolegliwości na skórze chorego pojawiają się również przy nieodpowiednim dopasowaniu worka stomijnego lub płytki do kształtu wyłonionej stomii i powłok skórnych.
- ✓ Odpowiednie dobranie (dopasowanie średnicy otworu) płytki stomijnej lub precyzyjne wycięcie otworu w worku z przylepcem zapobiega uszkodzeniom skóry wokół stomii.
- ✓ Wielkość przetoki zmienia się do 10 tygodni po operacji, dlatego konieczne jest okresowe mierzenie przetoki i właściwy dobór worka.



Unikaj natłuszczania skóry wokół stomii. Worek (lub płytka) nie przyklei się do skóry.



Poznaj [zasady żywienia przy stomii](#), unikaj produktów spożywczych powodujących nadmierne wydzielanie gazów. Mogą one powodować odklejanie się worków.



Warto używać worków z filtrami węglowymi, które ułatwiają odpuszczanie gazów oraz redukują nieprzyjemne zapachy. Można również zaopatrzyć się w samoprzylepny filtr węglowy (zapachowy) jednorazowego użytku, który można przykleić na worek stomijny.



Przy nagromadzeniu się gazów, można wypuścić je bez konieczności wymiany całego worka, np. odwijając dolny brzeg (zabezpieczony rzepem) lub przez specjalny zaworek.



Sprzęt stomijny jest [refundowany przez NFZ](#).



Pomoc w sprawach związanych z pielęgnacją stomii oraz codziennym życiem ze stomią uzyskasz całodobowo tu: [STOMAlinia](#)

Pamiętaj, zawsze przy czynnościach pielęgnacyjnych przy chorym:

Jeśli chory jest **świadomy**, logiczny w kontakcie:



Zaplanuj wspólnie z chorym konkretny czas na [czynności pielęgnacyjne](#).



Zapewnij warunki, w których chory będzie się czuł bezpiecznie, intymnie i zachowa godność.



Powiedz choremu, co zamierzasz zrobić i jak to będzie przebiegało.



Rozmawiaj z chorym, zapytaj jakie ma preferencje.



Na bieżąco mów choremu, co robisz i uzyskuj na to jego zgodę.



W trakcie czynności pytaj chorego, czy wszystko w porządku.



Zachowaj spokój, zapewnij chorego o swojej trosce.



Miej dobre nastawienie, które często udziela się choremu.

Jeśli z chorym **nie ma kontaktu logicznego**:



Zapewnij choremu intymne warunki, zapewnij o swojej trosce.



Mów do chorego na bieżąco co zamierzasz zrobić i jak to będzie przebiegało.



Obserwuj chorego. Każda gwałtowna zmiana zachowania to sygnał, że chory czuje dyskomfort.

Jeśli w trakcie czynności dolegliwości chorego nasilą się:

1

Zachowaj spokój

Przerwij czynności i zachowaj spokój, co zapewni poczucie bezpieczeństwa choremu.

2

Ustabilizuj stan chorego

Spróbuj ustabilizować stan chorego: podaj zalecane leki, spróbuj zmniejszyć lęk chorego.

3

Odłóż czynności na później

Spróbuj wrócić do danej czynności później, np. za kilka godzin.

Materiały zamieszczone w serwisie bliskochorego.pl są opracowane przez ekspertów z dziedziny opieki paliatywnej, zgodnie z ich najlepszą wiedzą i doświadczeniem. Materiały te nie stanowią porady lekarskiej i psychologicznej, mają wyłącznie charakter informacyjny i nie mogą zastąpić bezpośredniej konsultacji ze specjalistą. W razie konieczności uzyskania pomocy medycznej należy zgłosić się do właściwego specjalisty.