

# 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 przyklepcem 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](http://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.