



خود مراقبتی در کلتومی

(مراقبت از کیسه)

گروه هدف: همه گروههای سنی



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز

با تایید اساتید گروه جراحی عروق بیمارستان شهدای تجریش

بازبینی زمستان ۱۴۰۱

کلتومی و فعالیت جنسی

- کیسه کلتومی هیچ منعی برای فعالیت جنسی ایجاد نخواهد کرد.
- یک آقا یا خانم دارای کیسه کلتومی به راحتی می تواند بچه دار شود. از نظر پزشکی هیچ منعی وجود ندارد. اما اغلب به دلایل روحی - روانی بیماران در فعالیت جنسی ، مشکلاتی دارند.

توصیه های زیر جهت تعدیل این اختلالات است:

- خالکوبی کنید. شما می توانید پوست اطراف استوما را جهت زیبایی خالکوبی کنید. برای این منظور به مراکز معتبر و تحت نظارت وزارت بهداشت مراجعه کنید.
- قبل از فعالیت جنسی کیسه را تخلیه و شستشو کنید. فشارها و فعالیت های حین نزدیکی ممکن است موجب تخلیه مدفوع به کیسه شود و احساس ناراحتی برای شریک جنسی نماید.
- از لباسهایی استفاده کنید که ضمن پوشاندن کیسه ، جاذبه بصری داشته باشد.
- از رژیم غذایی استفاده کنید که بوی کمتری در مدفوع ایجاد می کنند.

منبع: پایگاه جامع اطلاع رسانی پزشکان ایران

نحوه تعویض و شستشوی کیسه

۱. ست سرم (شیلنگ سرم) را به سرم شستشو متصل کنید.
۲. سرم را بر روی گیره یا پایه سرم داخل سرویس بهداشتی آویزان کنید.
۳. سرم را هواگیری کنید (وارد شدن هوا به داخل روده موجب درد می شود).
۴. دستکش بپوشید.
۵. کیسه قبلی را به آرامی جدا کنید.
۶. سر ست سرم را با ژل لوبریکانت نرم کنید.
۷. سر ست سرم را به آرامی وارد استوما نمائید (بیش از ۸ سانتیمتر وارد نشوید).
۸. با سرعت ملایمی سرم را طی ۵-۱۰ دقیقه وارد روده کنید. در دفعات اول ۳۰۰ سی سی و در دفعات بعدی ۵۰۰ سی سی تا ۱۰۰۰ سی سی مایع جهت شستشو استعمال شود.
۹. پس از وارد شدن مایع، شیر شیلنگ را ببندید و ۱۵ ثانیه مکث کنید.
۱۰. سر شیلنگ را خارج کنید.
۱۱. محتویات (مدفوع ، آب و گاز، طی مدت ۱۰-۱۵ دقیقه تخلیه خواهد شد) کمی زور زدن می تواند به تخلیه بهتر کمک کند.
۱۲. محل استوما را با آب و صابون بچه شستشو نموده و خشک کنید.
۱۳. کیسه کلتومی جدید را منطبق با قطر استوما با قیچی ببرید و آماده نمائید و بچسبانید.
۱۴. چسب کیسه کلتومی را ۳۰ ثانیه فشار دهید تا کاملاً بچسبد.

کلستومی چیست

عمل جراحی کلستومی ، عملی است ضروری که سالانه برای میلیونها انسان در کره زمین انجام می شود، تا بتوانند از زندگی لذت ببرند، مسافرت بروند، روابط اجتماعی برقرار کنند و به مشاغل خود ادامه دهند.

گاهی توده سرطانی بخشی از روده را اشغال کرده است که باید با جراحی خارج شود. با توجه به محل توده ممکن است مقدار روده خارج شده کم یا زیاد باشد.

- اغلب جراحان بعد از جدا سازی ، باقیمانده روده را با سوراخی به سمت شکم هدایت می کنند تا مدفوع و باقیمانده غذاهای هضم نشده از طریق آن خارج شود در واقع مخرج شکمی ایجاد می کنند. این مخرج شکمی مانند مخرج طبیعی دارای عضله ارادی نیست تا انسان بتواند بر خروج ترشحاتش کنترل داشته باشد. بنابراین از کیسه هایی جهت تخلیه غیر ارادی مدفوع در دهانه استوما (مخرج شکمی) استفاده می شود.

- به این کیسه ها کیسه کلستومی گفته می شود. بطور کلی کلستومی می تواند دائم یا موقت باشد یعنی ممکن است جراح، مخرج شکمی را برای مدت محدودی برقرار کند و سپس دوطرف روده را به هم بچسباند. یا اینکه دائمی باشد ، کلستومی دائمی اغلب در مواقعی برقرار می شود که طول بیشتری از روده طی جراحی خارج شده و امکان چسباندن دو طرف وجود نداشته باشد.

- استوما (مقعد شکمی) و کیسه کلستومی فارغ از اینکه دائم یا موقت باشد ، نیازمند نگهداری و مراقبت است. مراقبتی که بیمار باید فرا بگیرد تا بعد از ترخیص خودش انجام دهد.
- همچنین بیمار باید از مشکلات و عوارض احتمالی استوما و کلستومی آگاهی داشته باشد تا بتواند به موقع از بروزشان پیشگیری نماید.

تعویض و شستشوی کیسه کلستومی

اولین و مهمترین چیزی که باید هر بیمار دارای کلستومی فرا بگیرد، نحوه شستشو و تعویض کیسه کلستومی است.

- اگر شما چنین شرایطی دارید ، به شما اطمینان می دهم که در مدت کوتاهی این کار را فرا خواهید گرفت.
- پرستار بخش جراحی چندین بار اینکار را برایتان انجام خواهد داد و در نهایت، فرا خواهید گرفت و گاهی ابتکاراتی بدان خواهید افزود.



بهترین زمان تخلیه و تعویض کیسه کلستومی

- زمانبست که کیسه تا نیمه پر شده است.
- بهترین زمان شستشو صبح زود قبل از صبحانه یا ۳-۴ ساعت بعد از غذا است. یعنی زمانی که روده کمترین سطح فعالیت را دارد.
- خیلی از کسانی که کیسه کلستومی دارند ، شام را سر شب میل می کنند و کیسه را آخر شب شستشو و تعویض می نمایند.

وسایل لازم جهت تعویض و شستشوی کیسه کلستومی

- سرم شستشوی نمکی نیم یا یک لیتری یک عدد
- گیره یا پایه مناسب در سرویس بهداشتی جهت آویزان کردن سرم یک عدد
- صندلی قابل شستشو (فایبروگلاس) یا توالت فرنگی یک عدد
- دستکش یکبار مصرف یک جفت
- ژل نرم کننده یا لوبریکانت یک عدد
- کیسه کلستومی یک عدد
- قیچی یک عدد
- ست سرم یک عدد