

Wskazówki pielęgniarские dla pacjenta wypisanego ze szpitala po zabiegu CYSTEKTOMIA

1. Po około trzech miesiącach zalecany jest oszczędzający tryb życia oraz unikanie intensywnego wysiłku fizycznego – unikać dźwigania ciężarów.

2. Kąpiel w wannie zastąpić codziennym krótkim prysznicem.

3. Pielęgnacja urostomii:

- umyć ręce w ciepłej wodzie przed wymianą worka,

- aby wymienić worek należy przygotować: worek urostomijny, gaziki do obmywania i osuszania skóry, nożyczki o zaokrąglonych ostrzach, miarkę z papieru, worek na odpadki,

- aby wymieniać worek należy delikatnie odkleić przylepiec od skóry,

- starannie oczyścić stomię z wydostającego się stale śluzu oraz moczu wodą z mydłem – użyć gąbkę lub jednorazową gazę,

UWAGA! Do oczyszczania i osuszania skóry nie używać spirytusu, benzyny, eteru ani innych środków drażniących.

- zaleca się aby przed przyklejeniem sprzętu stomijnego zastosować spray lub gaziki z płynem ochroniającym, które tworzą warstwę ochronną na skórze, zwiększają przyczepność sprzętu stomijnego, zapobiegają powstawaniu odparzeń i maceracji skóry oraz wspomagają leczenie podrażnionej skóry,

- aby uszczelnić nierówności wokół stomii użyj pasty uszczelniająco – gojącej oraz pierścieni/kołnierzy,

- po obrysowaniu kształtu stomii na papierze zabezpieczającym przylepiec wytnij w przylepcu otwór odpowiadający rozmiarowi twojej stomii,

- zdjąć folie ochronną z przylepca płytki, upewnić się, czy skóra wokół stomii jest czysta i sucha, a następnie umieścić płytkę na skórze. Przycisnąć worek do skóry zaczynając od dołu, przetrzymać przez moment tak, aby pod wpływem temperatury ciała uzyskała szczelne połączenie ze skórą. Nie martw się jeżeli twoja stomia przy zabiegach pielęgnacyjnych lub dotknięciu lekko krwawi – jest to normalne zjawisko. Akcesoria do pielęgnacji urostomii, można odbierać w ramach refundacji,

- sprzęt dwuczęściowy składa się z płytki przyklejanej na skórę i dopinanego do niej worka. Płytkę utrzymuje się na skórze 10 dni, worek zmienia się zwykle 2 razy dziennie,

- sprzęt jednoczęściowy to worek z przymocowanym do niego przylepcem, który przykleja się na skórę wokół stomii, wymienia się go na nowy raz dziennie

- odpowiednio postępować z użytymi materiałami (wszystkie odpady wyrzucamy do jednego worka na śmieci i szczelnie go zamykamy przed wyrzuceniem),

- należy pamiętać o systematycznym usuwaniu owłosienia wokół otworu stomii – używać jednorazowej maszynki i wody z mydłem (szare),

- do badania pobierać mocz z nowo założonego worka stomijnego.

4. Wprowadzić dietę lekko strawną wysoko białkową, w każdym posiłku powinny być obecne warzywa i owoce, zwiększenie spożycia produktów bogatych w błonnik, który zapobiega zaparciom w celu wzmocnienia organizmu zaleca się uzupełnianie diety preparatami bogato białkowymi (Nutridrink – przynajmniej dwa na dzień).

5. Należy pić około 2,5-3l napojów dziennie (sok z marchwi, zielona herbata, woda mineralna) co zapewnia prawidłową funkcję nerek oraz chroni przed obrzękami.

6. Systematyczna kontrola w poradni urologicznej.

7. Dalsze postępowanie według zaleceń w karcie informacyjnej leczenia szpitalnego.

8. W przypadku pogorszenia stanu zdrowia w zakresie leczonej jednostki chorobowej należy zgłosić się do lekarza prowadzącego oddziału, w którym pacjent był hospitalizowany.

9. Informacja dla pacjenta z urostomią – zadzwoń na bezpłatną linię informacyjną dla osób ze stomią: **800-120-093**

- strona internetowa: **www.stomia.pl**