

به نام خدا

کلتومی چیست ؟

کلتومی سوراخی است که در کولون با استفاده از جراحی ایجاد می شود. گاهی به علت انسداد و پیچ خوردگی روده یا علل دیگر لازم است جهت خروج مدفوع توسط جراحی دریچه ای روی شکم ایجاد شود به این دریچه استومی می گویند. در بعضی از بیماران این عمل دائمی یا موقتی می باشد.

لازم است بدانید اندازه کلتومی بعد از عمل متورم و بزرگ است که با گذشت چندین هفته و بهبودی کامل اندازه آن کوچکتر خواهد شد.

کلتومی موقت ممکن است به کولون اجازه استراحت برای مدتی دهد تا ترمیم یابد. کلتومی موقت ممکن است برای هفته ها یا ماه ها یا سال ها تعبیه شود. کلتومی موقت در نهایت بسته خواهد شد و حرکت روده ها به حالت طبیعی خود برمی گردند.

کلتومی دائمی معمولاً موقعی نیاز است که بخشی از کولون می بایستی برداشته شود یا دوباره استفاده نشود.



تفاوت کلتومی با ایلئوستومی

کلتومی انحراف مسیر روده بزرگ است که به وسیله جراحی ایجاد می شود. بسته به محل برش روده و محل قرارگیری استوما مدفوع ممکن است قوام سفت یا شل داشته باشد.

ایلئوستومی انحراف مسیر روده کوچک است که به وسیله جراحی ایجاد می شود. مدفوع خروجی ایلئوستومی معمولاً حالت مایع و نرم دارد و با توجه به این که دارای آنزیم های روده ای می باشد، برای پوست اطراف استوما زیان آور است.

❖ شما باید برنامه زندگی خود را منظم کنید تا خللی در زندگیتان ایجاد نگردد. برای مثال زمان معینی برای غذا خوردن - خوابیدن - شستشوی کلتومی و ... چنین وضعی به منظم شدن زمان خروج مدفوع کمک خواهد کرد.

❖ خروج مدفوع از کلتومی قابل کنترل نیست. بنابراین لازم است کلتومی و پوست اطراف آن تمیز شود و جهت تمیزکردن کلتومی می توانید از آب ولرم و صابون استفاده کرد. بخاطر داشته باشید استفاده زیاد از آب و صابون باعث خشکی و آسیب پوست اطراف کلتومی می شود. از مصرف صابون های معطر و کرم های مختلف روی پوست کلتومی خودداری نمایید.

❖ کلتومی به رنگ صورتی مایل به قرمز است در صورت تغییر رنگ آن به کبود و یا خروج ترشحات چرکی، خونریزی، تب، عدم خروج مدفوع، نفخ شکم، بی اشتها و تورم به پزشک مراجعه کنید.

❖ در صورتیکه کیسه کلتومی موقت دارید در زمان تعیین شده مراجعه کنید.

❖ کیسه را هیچگاه با فشار جدا نکنید بلکه اول پوست اطراف کیسه را مرطوب نموده سپس به آرامی آنرا جدا کنید. در این موقعیت پوست اطراف را ماساژ ندهید زیرا باعث آزرده گی پوست خواهد شد بهتر است آن را با آب ولرم شسته و سپس با پنبه خشک کنید.

❖ اگر بتوانید به تخلیه مدفوع نظم دهید وجود کیسه کلتومی همیشه لازم نخواهد بود طبعاً می توان با پانسمان ساده ای روی دهانه کلتومی را پوشانده و آن را با کمر بند و یا وسیله مشابه در محل ثابت کرد.

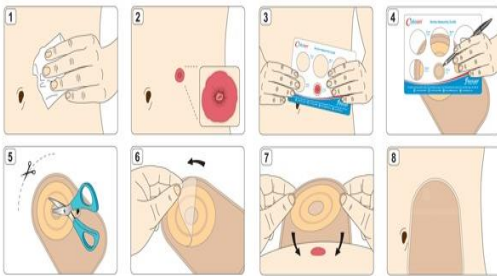
❖ حرارت آبی که برای شستشوی کلتومی استفاده می شود بایستی مطابق حرارت بدن و یا کمی کمتر از آن باشد برای عادت کردن به این وضعیت معمولاً حدود شش ماه وقت لازم دارید.

❖ سوراخ کیسه کلتومی بایستی به اندازه دهانه سوراخ روده در سطح شکم و در صورت کوچک بودن سوراخ کلتومی را برش زده و اندازه نمایید.

❖ زمانی که ثلث کیسه پر می شود باید تخلیه گردد تا حجم و سنگینی آن باعث کنده شدن کیسه نشود.

شستشوی کلتومی :

بهترین وضعیت برای شستشوی کلتومی حالت نشسته است. برای جلوگیری از بوی بد مدفوع در کیسه پودر زغال چوب و یا دو عدد قرص آسپرین کوبیده بریزید. در موقع چسباندن کیسه رطوبت اضافی اطراف استوما را خشک کرده سپس کیسه کلتومی را چسبانده به مدت 30 ثانیه محکم آن را به پوست فشار دهید.



زندگی با استوما :

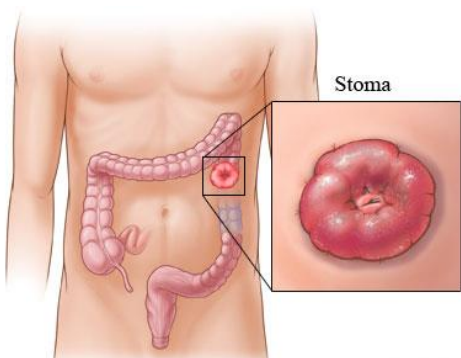
در حالت عادی کارهایی از قبیل لباس پوشیدن، مسافرت، کار، ورزش و فعالیت های فیزیکی، روابط جنسی، بارداری و حمام کردن را میتوانید انجام دهید.

1. بار بیشتر از چهار و نیم کیلوگرم را تا 6 هفته بعد از عمل بلند نکنید.
2. در مورد مصرف داروها بایستی بیشتر آنها را به صورت شربت یا پودر استفاده شود تا جذب بهتری داشته باشید.
3. در صورت التهاب شدید ابتدا به کلینیک استوما مراجعه شود یا کیسه را به آرامی بردارید پوست اطراف استوما را با پارچه ای خیس به آرامی تمیز کنید و سپس خشک کرده روی محل التهاب پودر محافظ بپاشید و بعد از 10 دقیقه آن را پاک کرده کیسه جدید را وصل کنید.



بیمارستان خصوصی شمس

مراقبت از کیسه کلوستومی



راهنمای آموزش بیماران

تهیه و تنظیم :

مهتاب مبصری کارشناس پرستاری

رباب پذیرش کارشناس بهبود کیفیت

تائید کننده : آقای دکتر کامران ممقانی متخصص جراحی عمومی -

فوق تخصص جراحی توراکیس

تاریخ تدوین : اردیبهشت 1398

تاریخ بازنگری : مرداد 1400

تغذیه در بیماران دارای استومی :

رژیم غذایی متعادل و ورزش برای شما ضروری است. بیمار باید از مصرف غذاهایی که موجب بوی زیاد و دفع گاز می شود اجتناب کند (ماهی، حبوبات، خانواده کلم، تخم مرغ، سیر، پیاز، ادویه جات، نوشابه های گازدار، ذرت، خیار، قارچ و نخود).

عواملی که باعث تولید گاز می شود شامل : زمان غذا خوردن، چگونگی خوردن، نوع غذا، موقع غذا خوردن آرام باشید (با دهان پر حرف نزنید). خوردن آدامس نوشابه های گازدار و سیگار کشیدن باعث نفخ می شود.

نان تست و بیسکویت ترد و نان سوخاری و ماست از ایجاد نفخ پیشگیری میکنند.

در تابستان چون مایعات فراوانی از طریق تعریق و کلوستومی دفع می شود، لازم است مایعات بیشتری مصرف نمایید.

اگر مدفوع بیش از حد آبی باشد غذاهای مثل گندم سبوس دار، ذرت و آجیل را کمتر مصرف نمایید.

رژیم غذایی از نوعی باشد که تفاله کم حجم از خود باقی بگذارد. رژیم غذایی باید سرشار از پروتئین باشد.

توجه داشته باشید که کلم، پیاز، ماهی بوی بد تولید کرده و ماست، دوغ و جعفری و اسفناج خوش بوکننده گوارش است .



توجه :

در صورت بروز خونریزی ، نفخ ، سفتی شکم ،

اسهال و تب به پزشک مراجعه کند.

انسداد :

اگر بیمار ایلئوستومی شده باشد، مسدود شدن استوما نگران کننده است. بیماران در ورود بعضی مواد غذایی باید دقت کنند، زیرا آنها به طور کامل هضم نمی شوند می توانند سبب انسداد شوند. این مواد لازم نیست حذف شوند، فقط باید مقدار کمی از آنها خورده و خوب جویده شود : پرتقال، گریپ فروت، کرفس، آناناس، فلفل سبز، خیار، زیتون، آجیل، سوسیس، کالباس، قارچ، ترشیجات، مارچوبه، نخودفرنگی، نارگیل، ذرت و ذرت بوداده، میوه های خشک و اسفناج.



اقدامات لازم در انسداد :

1. مرحله اول در منزل : چک اندازه سوراخ کیسه استوما از لحاظ تنگی زیرا باعث صدمه استوما میشود هر سه روز یک مرتبه داخل استوما را با انگشت سبابه باز کنید.
2. نوشیدن مایعات، گرفتن دوش آب گرم، پیاده روی، دراز کشیدن به پشت و خم کردن زانوها، ماساژ شکم و نواحی اطراف استوما مانع تنگی می شود.
3. مرحله دوم با پزشک معالج یا کلینیک کلورکتال تماس بگیرید در غیر این صورت به اورژانس مراجعه کنید.