

SPZOZ- ZZ  
w Makowie Maz.

## ZALECENIA PIELEŃNIARSKIE

### DLA PACJENTÓW ZE STOMIĄ

Wydanie 1

z dn.04.01.2022 r.

Strona 1

#### **Stomia jelitowa - czyli tzw.(sztuczny odbył, przetoka jelitowa)**

Stomia (z greckiego: otwór) jest rodzajem przetoki wyprowadzonej na zewnątrz np. jelito grube (kolostomia) lub cienkie (ileostomia).

#### **Wskazania do wykonania stomii:**

1. Zabieg wykonuje się w tych stanach chorobowych, w których zachodzi konieczność wycięcia lub odbarczenia odbytnicy i odbytu.
2. Stomię wykonuje się ze wskazań nagłych, gdzie operacja jest zabiegiem ratującym życie, lub w trakcie planowego zabiegu operacyjnego.

#### **Cechy stomii:**

Stomia nie ma zakończeń nerwowych, dlatego pozbawiona jest czucia i nie boli. Jednakże, ma wiele naczyń krwionośnych, dlatego może lekko krwawić w razie podrażnienia lub otarcia. Jest to zupełnie normalne. Stomia powinna być:

- błyszcząca,
- wilgotna,
- czerwona, podobnie jak nabłonek w jamie ustnej.

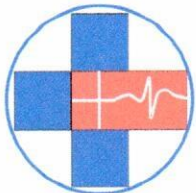
Nie wszystkie stomie są jednak takie same. Różnią się pod względem kształtu – mogą być okrągłe, owalne i nieregularne, wystające lub płaskie. Wybór odpowiedniego sprzętu stomijnego zależy od rodzaju stomii, jej kształtu, rozmiaru, miejsca wyłonienia oraz innych cech anatomicznych.

#### **1. W zależności od rodzaju stomii stosowane są:**

- worki otwarte (z filtrem lub bez) zalecane dla pacjentów z ileostomią
- worki zamknięte (z filtrem lub bez) zalecane dla pacjentów z kolostomią.

#### **2. Aktualne dostępne systemy zaopatrzenia stomii:**

- jednoczęściowy i dwuczęściowy.



SPZOZ- ZZ  
w Makowie Maz.

## ZALECENIA PIEŁĘGNIARSKIE

### DLA PACJENTÓW ZE STOMIĄ

Wydanie 1  
z dn.04.01.2022

Strona 2

#### 3. Sprzęt ma być:

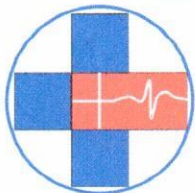
- szczelny dla treści jelitowej i gazów, skutecznie chronić skórę wokół stomii i zabezpieczać ją przed podrażnieniami i odparzeniami,
- zapewniać choremu poczucie bezpieczeństwa i komfortu oraz nie ograniczać jego aktywności życiowej, łatwy w obsłudze.

#### 4. Zmiana sprzętu stomijnego - zasady postępowania

- przed założeniem płytki / worka stomijnego umyj ręce,
- wykonaj toaletę stomii,
- osusz skórę wokół stomii,
- zmierz średnicę stomii,
- wytnij otwór,
- usuń folię ochronną,
- pamiętaj aby naklejać płytkę od dołu do góry, po założeniu płytki na stomię delikatnie ją dociśnij palcami,
- w trakcie zdejmowania płytki należy delikatnie odkleić jej brzeg zaczynając od góry, jednocześnie przytrzymując skórę wokół stomii palcami co pozwoli uniknąć podrażnienia i naciągania skóry,
- zawartość worka opróżnij do toalety,
- zużyty worek wyrzucić do kosza na śmieci,
- umyj ręce

#### 5. Wskazówki praktyczne:

- zmiana sprzętu stomijnego w razie potrzeby lub według zaleceń producenta,
- dbanie o higienę stomii ( zabiegi pielęgnacyjne wokół stomii można wykonywać siedząc, stojąc, leżąc,
- do higieny stomii można stosować wodę i łagodne mydło lub kosmetyki przeznaczone do pielęgnacji stomii i skóry wokół stomii, które można zakupić w sklepie medycznym,
- płytkę stomijną przyklejać zawsze na czystą, suchą skórę,
- przy usuwaniu owłosienia ze skóry wokół stomii nie należy stosować kremów, pianek do depilacji, ewentualnie korzystać z golarek jednorazowego użytku,
- zalecana kąpiel pod prysznicem z lub bez płytki i worka stomijnego (mydło nie uszkodzi stomii, nie wskazana kąpiel w wannie),
- nie stosować oliwek na skórę wokół stomii oraz preparatów które mogą wywołać podrażnienie ( spirytus, woda utleniona, benzyna),



SPZOZ- ZZ  
w Makowie Maz.

## ZALECENIA PIELEŃNIARSKIE

### DLA PACJENTÓW ZE STOMIĄ

Wydanie 1  
z dn.04.01.2022

Strona 3

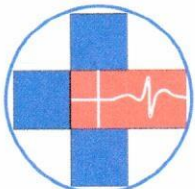
- korzystanie z lustra w trakcie wymiany worka stomijnego (lepsze uwidocznienie stomii należy sprawdzać średnicę stomii za pomocą miarki,
- w razie wystąpienia reakcji uczuleniowej na płytkę stomijną należy wypróbować inny sprzęt,
- należy pamiętać aby odpowiednio dopasować otwór w płytce (prawidłowo wycięty otwór powinien być 2-3 mm większy niż średnica stomii, powinien dokładnie otulać stomię co pozwoli uniknąć problemów z przeciekaniem treści jelitowej pod płytkę jak również wydłuży czas jej użytkowania)

#### 6. Zalecenia ogólne

- przez okres 6 miesięcy nie obciążać nadmiernie mięśni brzucha
- nie wykonywać ciężkich prac fizycznych
- nie uprawiać intensywnych sportów siłowych
- zmieniać pozycję z niskiej na wysoką w sposób ostrożny
- wykonywać ćwiczenia i aktywność rekreacyjną ukierunkowaną na odbudowę wytrzymałości, siły i kondycji
- wstając opierać się na poręczach lub chodziku (nie na kolana)

#### 7. Odżywianie po zabiegu wylonienia stomii

- tolerancja niektórych produktów może być różna dlatego dietę należy rozszerzać powoli,
- dieta powinna być tak skomponowana, aby nie powodowała biegunek lub zaparcé,
- pić ok. 2-2,5 litra płynów dziennie (najlepsza woda źródlana niegazowana, soki warzywne i owocowe rozcieńczone wodą, kompoty, herbaty owocowe oraz zielona herbata,
- spożywać 3-5 posiłków dziennie,
- ograniczenie picia kawy i zwykłej herbaty,
- jeść powoli, gryźć i przeżuwać dokładnie,
- ograniczać tłuszcze zwierzęce,
- spożywać produkty nieprzetworzone zawierające błonnik, witaminy, sole mineralne,
- ograniczyć spożywanie masła i margaryny,
- używać oliwy z oliwek, olej lniany i rzepakowy,
- ograniczyć spożywanie mąki białej, zalecana mąka razowa, graham i mąka grubomieloną
- jeść dużo warzyw, owoców i ryb,
- unikać słodczy, smażonych i tłustych potraw,
- ograniczyć spożywanie soli i glutaminianu sodu,



SPZOZ- ZZ  
w Makowie Maz.

## ZALECENIA PIELEŃNIARSKIE

### DLA PACJENTÓW ZE STOMIĄ

Wydanie 1  
z dn.04.01.2022

Strona 4

- ograniczyć spożywania mleka homogenizowanego pasteryzowanego,
- wskazane spożywanie produktów mlecznych fermentowanych (jogurty, kefiry, twarogi, kwaśne mleko, maślanka –zawierają one żywe kultury bakterii,)
- przestrzegać higieny przygotowywania i spożywania posiłków,
- dbać o to, aby kupowane i spożywane produkty były świeże,
- ostatni posiłek spożywać 2 godziny przed snem.

#### **8. Dolegliwości, które najczęściej pojawiają się u osób ze stomią to;**

- biegunki
- zaparcia
- głośnie oddawanie gazów

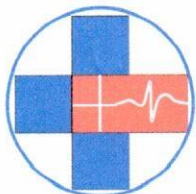
#### **9. Powikłania miejscowe (dermatologiczne)**

- zapalenie ( podrażnienie, uszkodzenie skóry spowodowane treścią jelitową )
- stan zapalny skóry wywołany uczuleniem na część przyklepną lub inny fragment sprzętu stomijnego.

**Każdą dłużej utrzymującą się zmianę skórą wokół stomii  
skonsultuj z pielęgniarką stomijną lub lekarzem.**

#### **10. Powikłania chirurgiczne;**

- wypadanie stomii,
- obrzęk stomii,
- martwica stomii,
- przepuklina okołostomijna,
- zwężenie stomii,
- wciągnięcie stomii,
- krwawienie,
- wznowa choroby,
- przewlekła przetoka okołostomijna,
- skręcenie jelita w pobliżu stomii,
- niewłaściwe umiejscowienie stomii i jego następstwa.



SPZOZ- ZZ  
w Makowie Maz.

## ZALECENIA PIEŁĘGNIARSKIE

### DLA PACJENTÓW ZE STOMIĄ

Wydanie 1  
z dn.04.01.2022  
Strona 5

**Każda niepokojąca zmiana związana ze stomią powinna być zgłoszona pielęgniarce stomijnej lub skonsultowana z lekarzem.**

Opracowanie:	mgr Halina Bobińska – specjalista w dziedz. pielęgniarstwa chirurgicznego
Konsultacja:	lek. Henryk Kwiatkowski – specjalista chirurg
Literatura:	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Banasiewicz T., Krokowicza P., Szczepkowski M.: Stomia, prawidłowe postępowanie chirurgiczne i pielęgnacja TerMada Poznań, 2014.</li><li>2. Choroby Chirurgiczne-diagnostyka i leczenie pod redakcją N. Rawlinson, D. Anderson, red. wydania polskiego;</li><li>3. J. Gawrychowski, PZWL 2014 Warszawa wyd.I</li><li>4. Podstawy Pielęgniarstwa Chirurgicznego – pod redakcją E.Walewskiej, PZWL 2010 Warszawa wyd. I</li><li>5. Żywnienie chorych ze stomią –M.Jarosz, PZWL 2014, Warszawa wyd. I</li><li>6. Cierzniakowska K. Kozłowska E., Szewczyk M.: Analiza deficytu samo-opieki u chorych ze stomią w oparciu o teorię pielęgnowania Dorothy Orem. Pielęgniarstwo Chirurgiczne i Angiologiczne. Wydawnictwo: Termedia, 2007;</li></ol>