



کدسند: PEBRO236-01
تاریخ تدوین: 1405/01/10
تاریخ ابلاغ آخرین بازنگری: 1405/01/15
تاریخ بازنگری بعدی: 1406/12/01

نحوه مراقبت از کلستومی و ایلئوستومیلوله گوارش به سطح شکم



کلینیک پرستاری آموزش سلامت همه روزه به جز تعطیلات
پاسخگوی سوالات شما در رابطه با (دیابت، فشارخون، دیالیز،
مراقبت های پس از جراحی) می باشد:

(داخلی 2000/05138042027)



من را اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار
بیمارستان ولایت

از خوردن غذاهای مثل گل کلم، آجیل، ذرت، حبوبات، کلم
شور و ترش که تولید گاز می کند و همچنین مصرف نوشابه
های گازدار و جویدن آدامس و بلع هوا به واسطه تند غذا
خوردن پرهیز شود
توجه داشته باشید که کلم، پیاز، ماهی بوی بد تولید کرده و
ماست، دوغ و جعفری و اسفناج آب پرتقال و آب گوجه فرنگی
خوش بوکننده گوارش است.

در تابستان چون مایعات فراوانی از طریق تعریق و کلستومی
دفع می شود. الزم است مایعات بیشتری مصرف نمایید. ۸-۶
لیوان در روز

اگر مدفوع بیش از حد آبکی باشد غذاهای مثل گندم سبوس
دار، حبوبات، ذرت و آجیل را کمتر مصرف نمایید در صورتی که
مدفوع سفت باشد افزایش مصرف نمک باعث جذب آب و
سهولت دفع خواهد شد. در صورت یبوست از آب گالی و آب
انگور استفاده کنید.

در صورت نیاز و تمایل به مصرف حبوبات بهتر است حبوبات
خام را به مدت ۴۵ دقیقه در آب سرد خیساند پس از آن طبخ
نمود تا نفخ ایجاد ننماید. شما می توانید با کیسه یا بدون
کلستومی براحتی حمام کرده ولی توجه داشته باشید بقایای
صابون باید به داخل محل کلستومی شما داخل نشود بهتر



با آرزوی سلامتی و بهبودی شما
آدرس سایت بیمارستان ولایت:
<https://velayat.mums.ac.ir/>



استومی را به طور مرتب یک ساعت بعد از صرف غذا
شستشو دهید این کار باعث تحریک امواج دودی و
سهولت در اجابت مزاج و منظم شدن زمان دفع می
گردد. حرارت آبی که برای شستشوی کلستومی 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 الزم دارید

زمانی که ثلث کیسه پر می شود باید تخلیه گردد. تا حجم
و سنگینی آن باعث کنده شدن کیسه نشود
بهترین وضعیت قرارگرفتن برای شستشوی کلستومی حالت
نشسته است.

هر سه روز یک مرتبه داخل استوما را با انگشت سبابه
باز نمایید

محل استوما را از نظر خونریزی، کبودی و عفونت و بوی
نامطبوع بررسی کنید، در صورت مشاهده هر کدام از
موارد ذکر شده به پزشک معالج اطلاع دهید.

در 4-6 هفته اول بعد از عمل از برداشتن اجسام سنگین
خودداری کنید، همچنین هر هفته خود را وزن کنید و در
صورتی که کاهش وزن در حدود 1-3 کیلوگرم در هفته
داشتید به پزشک معالج خود اطلاع دهید

رژیم غذایی متعادل و ورزش برای شما ضروری است.
رژیم غذایی باید سرشار از پروتئین باشد. رژیم غذایی بهتر
است کم باقیمانده باشد تا بدین وسیله حجم مدفوع 24
ساعته کم گردد



مددجوی عزیز

در این پمفلت سعی شده است آموزش های لازم در رابطه بامراقبت از استومی دفعی به شما داده شود، امید که با رعایت این نکات سلامتی خود را حفظ کرده و بهبود بخشید.



استومی سوراخی در سطح شکم است که بوسیله جراحی ایجاد شده و لوله گوارش به سطح شکم آورده میشود این سوراخ اگر در قسمت انتهایی روده باریک باشد ایلئوستومی و اگر در هر قسمت از روده بزرگ تعبیه شود کلوستومی نامیده میشود.

مدفوع از کولون یا ایلئوم و از طریق این سوراخ به داخل یک کیسه قابل تعویض و قابل شستشو شکم می آید. این کیسه به پوست به دلیل چسبی که دارد متصل می شود. لازم است بدانید اندازه کلوستومی بعد از عمل جراحی بزرگ و متورم است که با گذشت چندین هفته و بهبودی کامل، اندازه آن کوچکتر خواهد شد

مراقبت های قبل عمل

- ۱- یک هفته قبل عمل از مصرف آسپرین و داروهای حاوی آسپرین خودداری کنید.
- ۲- تست های انعقادی pt-inr نرمال باشد.
- ۳- هشت ساعت قبل عمل ناشتا باشید.



کیسه کلوستومی : کیسه کلوستومی ته بسته کیسه نایلونی است که دو طرفه می باشد و یک طرف آن به پشت کلوستومی شما می چسبد. کیسه ته باز: این نوع کیسه به شما امکان آن را می دهد ته کیسه را برای تخلیه محتویات آن باز کنید. معمولاً این کیسه با یک کالمپ بسته می شود. محتویات از این نوع کلوستومی ها شل یا غیر قابل پیش بینی هستند و به فواصل منظم خارج نمی شوند



مراقبت های لازم

چگونه از کلوستومی مراقبت کنیم ؟

۱) قبل از هر بار استفاده از کیسه کلوستومی اطراف آنرا با دقت بررسی کنید . هر گونه تورم ، قرمزی و یا التهاب و یا حساسیت اطراف آنرا به دقت بررسی و در ادامه آن با پزشک خود مشورت کنید .

۲) توجه داشته باشید سوراخ وسط کلوستومی باید درست در ناحیه وسط کیسه کلوستومی قرار گیرد . سوراخ کیسه کلوستومی بایستی به اندازه دهانه سوراخ روده در سطح شکم باشد و در صورت کوچک بودن سوراخ کیسه کلوستومی را برش زده و اندازه نمایید.

۳) برنامه زندگی شما بایستی منظم باشد زمان معینی برای غذا خوردن، خوابیدن و شستشوی کلوستومی و داشته باشید، تا خللی در زندگی شما ایجاد نگردد. چنین وضعی به منظم شدن زمان خروج مدفوع از کلوستومی کمک خواهد کرد.

۴) کیسه را هیچگاه با فشار جدا نکنید بلکه اول پوست اطراف کیسه را مرطوب نموده، سپس به آرامی آن را جدا نمایید. در این موقعیت پوست اطراف را ماساژ ندهید، زیرا باعث آذردگی پوست خواهد شد بهتر است آن را با آب ولرم شسته و سپس با پنبه خشک نمایید .

