

Повседневный уход за стомой

Советы по системе для ухода за стомой

- Подготовьте новую систему для ухода за стомой, прежде чем снимать старую систему.
- Опорожните мешок, если он на 1/3–1/2 наполнен выделениями или газом. Следите за тем, чтобы мешок не переполнялся.
- Опорожняйте мешок перед физической активностью и перед сном.
- Если вы заметите скопление большого количества газа в мешке (в случае колостомии или илеостомии), рассмотрите ношение мешка с фильтром.
- Лучшее время для плановой смены системы для ухода за стомой — утро, прежде чем вы что-нибудь съели или выпили.
- После нанесения кожного барьера осторожно прижмите его к коже примерно на минуту для обеспечения более надежной адгезии. Мягкое давление и тепло помогают при первом контакте.
- Если вы носите двухкомпонентную систему для ухода за стомой, попробуйте разместить кожный барьер на теле в форме ромба для более гладкого прилегания.

Советы по уходу за кожей

- При уходе за кожей вокруг стомы помните принцип: чем меньше, тем лучше.
- Большинству людей для очистки кожи достаточно воды. Не забывайте мыть руки после смены или опорожнения мешка.
- Если необходимо мыло, используйте мягкое мыло без добавления лосьонов или кремов, которые могут частично остаться на коже или образовать пленку. Это может помешать приклеиванию.
- Использование защитных салфеток для кожи под кожными барьерами длительного ношения не рекомендуется, потому что это может уменьшить время ношения.
- Перед прикреплением кожного барьера удостоверьтесь, что кожа вокруг стомы чистая и сухая.
- Для повседневного ухода за кожей вокруг стомы НЕ рекомендуется использовать: мыло с добавлением лосьонов, кремы, лосьоны, присыпки, детские салфетки, изопропиловый спирт, стероидные лекарственные препараты или мази.
- Кожное раздражение не является «нормой». Если вы обнаружите покраснение, повреждение или раздражение кожи, обратитесь за помощью к квалифицированному работнику здравоохранения, например к медсестре WOC/ET.

Повседневные советы

- Регулярно меняйте кожный барьер. Со временем вам станет более комфортно, когда вы узнаете, что вам лучше подходит.
- Время ношения зависит от личных предпочтений и характеристик стомы, но три или четыре дня считаются нормой.
- Если время ношения становится нестабильным или его сложно предсказать, обратитесь к медсестре WOC/ET.
- Время ношения кожного барьера может уменьшаться в теплое время года, когда вы больше потеете, или во время повышенной активности.
- Планируйте путешествия заранее. Некоторые рекомендации: возьмите дополнительные принадлежности, упакуйте все необходимое для стомы в ручную кладь на время полета, предварительно подрежьте кожные барьеры, чтобы вам не нужны были ножницы в самолете, и получите дорожный документ, в котором объясняется ваша потребность в наличии специальных принадлежностей во время путешествия.
- Вы можете принимать душ или ванну независимо от наличия или отсутствия системы для ухода за стомой.
- Если вы используете двухкомпонентную систему для ухода за стомой, возможно, вам будет удобно поменять мешок на другой на время душа, чтобы мешок, который вы носите, оставался сухим.
- При опорожнении мешка ополаскивать его не нужно. Смазывающий дезодорант может облегчить опорожнение. Не кладите масло или кулинарные спреи в стомный мешок.
- Храните вспомогательные принадлежности в сухом прохладном месте.
- Рекомендуется рутинное наблюдение вашей медицинской сестрой WOC/ET.

Повседневный уход за стомой

ОБЩИЕ ТЕРМИНЫ	
Фильтр	Выпускает газ из мешка и поглощает запах. В случае дренируемых и закрытых мешков рассматривается как рекомендуемая опция
Мешок	Пакет, предназначенный для сбора выделений из стомы. Тип мешка — дренируемый, закрытый или уростомный, в зависимости от типа вашей стомы
Система для ухода за стомой	Включает кожный барьер и мешок. Варианты: однокомпонентная или двухкомпонентная система для ухода за стомой. Входящая в состав лента вокруг кожного барьера обеспечивает дополнительную безопасность
Кожный барьер	Часть системы для ухода за стомой, которая прилегает непосредственно к стоме. Защищает вашу кожу и удерживает вашу систему для ухода за стомой на месте. Иногда называется прокладкой или фланцем
Время ношения	Время, в течение которого систему для ухода за стомой можно носить до того, как она станет непригодной для дальнейшего использования. Время ношения может быть разным, но оно должно быть примерно одинаковым у каждого лица с наличием стомы
Медсестра-стоматерапевт (WOC, Wound, Ostomy, Continence)	Медсестра с дополнительным образованием, специализирующаяся на уходе за стомой. Иногда ее называют медсестрой, специализирующейся в области энтеростомальной терапии (ET, enterostomal therapy).

Другие рекомендации квалифицированного работника здравоохранения:

Рекомендуется рутинное наблюдение квалифицированного работника здравоохранения.

Перед использованием любых продуктов/принадлежностей для стомы обязательно прочтите все листки-вкладыши с информацией о товаре и этикетки.

Логотип компании Hollister, Secure Start и «Здоровая кожа. Положительные результаты.» являются товарными знаками компании Hollister Incorporated.

© Hollister Incorporated, 2022. 923077-1117 ANZ Russian-OstCare

Hollister Australia
PO Box 375,
Box Hill, VIC 3128
www.hollister.com.au

Customer Care
1800 880 851
priority@hollister.com.au

Hollister New Zealand
PO Box 107097,
Auckland Airport, Auckland 2150
www.hollister.co.nz

Customer Care
0800 678 669
NZCustomerService@libmed.co.nz