

A woman with long dark hair and glasses is smiling while knitting a blue sweater. She is sitting in a yellow chair. The background is a blurred indoor setting.

Dopasowanie sprzętu stomijnego

Rodzaje stomii

Pierwszym i kluczowym krokiem w prawidłowym doborze sprzętu stomijnego jest rozpoznanie rodzaju stomii, ponieważ każda z nich wiąże się z innym rodzajem wydalanej treści stomijnej, innym poziomem drażnienia skóry oraz potrzebami w zakresie jej pielęgnacji i ochrony.



Kolostomia

- Wyłoniła na jelicie grubym
- Treść stomijna: zwała, często wydalana okresowo
- Mniejsza ilość treści drażniącej



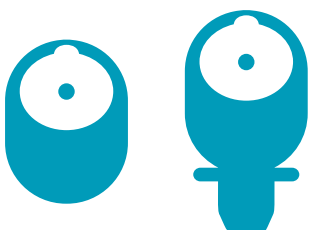
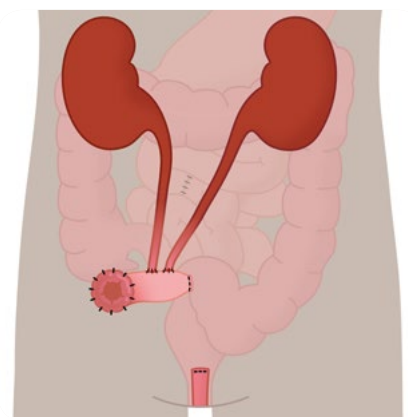
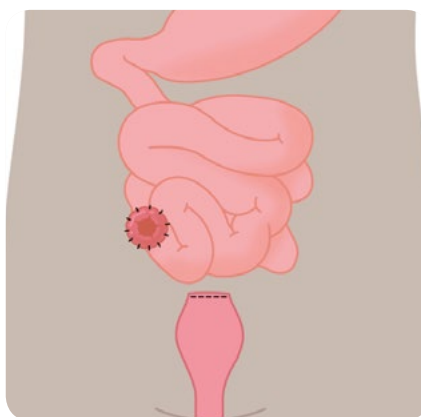
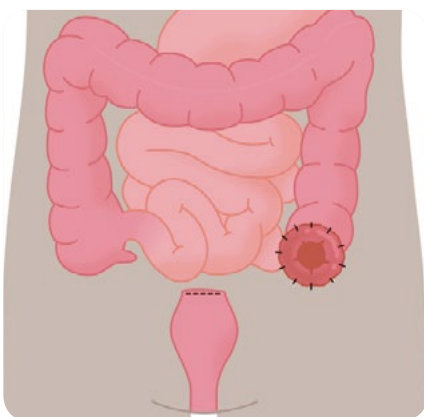
Ileostomia

- Wyłoniła na jelicie cieniym
- Treść stomijna: płynna lub półpłynna, enzymatyczna, silnie drażniąca skórę
- Duża objętość treści – częsta wymiana worka



Urostomia

- Wyłoniła po resekcji pęcherza, moczowody wszczepione w jelito cienkie lub bezpośrednio wprowadzone
- Treść stomijna: mocz, który działa drażniaco na skórę





Kształt ciała wokół stomii – klucz do dopasowania

Kształt ciała wokół stomii, czyli tzw. **obszar okołostomijny** (miejsce, do którego przylega przylepiec), wpływa bezpośrednio na szczelność, trwałość i komfort użytkowania sprzętu. Jest to międzynarodowe pojęcie opisujące położenie stomii względem poziomu skóry. Kształt ciała zmienia się w trakcie trwania naszego życia, a tym bardziej u osób po zabiegu wyłonienia stomii.

Utrata wagi ciała, przybranie masy ciała, pojawienie się na skórze blizny pooperacyjnej, fałdów czy wypukłości okołostomijnych mogą spotkać każdego pacjenta.



Wyróżniamy 3 kształty ciała:

Kształt regularny

Powierzchnia skóry wokół stomii jest mniej więcej na tym samym poziomie, co pozostały obszar brzucha.



Mogą istnieć nierówności wokół stomii, ale są one na tyle nieznaczne, że nie zaburzają przylegania przylepca stomijnego do skóry i powierzchni ciała. Jeżeli stomia wystaje ponad poziom linii brzucha (kominek stomii ma 1-1,5cm), a brzuch jest dobrze napięty, najlepszym wyborem będzie sprzęt płaski (1-cz., 2-cz. zgodnie z preferencjami pacjenta).

Jeżeli stomia wystaje niewiele ponad linię brzucha np. ok. 0,5 cm i kształt ciała jest regularny, ale okolica stomii – brzuch miękki – wówczas najlepiej zastosować sprzęt typu Convex® Soft lub Light.

Kształt wklęsły

Obszar skóry wokół stomii znajduje się poniżej poziomu powierzchni brzucha, tworząc zagłębienie. Taki kształt ciała mogą mieć zarówno osoby bardzo szczupłe, jak i o masywnej budowie, którzy doświadczyli dużego ubytku wagi w trakcie przebiegu choroby przed operacją.



Jeżeli stomia jest w obszarze wklęsłym, ale kominek jest wyższy, wówczas należy zastosować sprzęt typu Convex® Light, bądź Convex® Deep, jeżeli fałda jest głębsza.

Jeżeli stomia jest płaska i znajduje się w obszarze wklęsłym, wówczas należy wspomóc się pierścieniem uszczelniającym. Do pierścieni w zależności od głębokości wklęsłości dobieramy odpowiedni sprzęt stomijny.

Kształt wypukły

Obszar skóry wokół stomii znajduje się powyżej poziomu powierzchni brzucha, tworząc wypukłość. Taki kształt może występować u osób z tendencją do nadwagi, z przepukliną stomijną lub w ciąży.



Rozwiązaniem w przypadku takiego kształtu ciała są specjalne przylepce Concave® obejmujące nierówności i świetnie się do nich dopasowujące.

Jeżeli w wypukłym obszarze ciała stomia znajduje się we wklęsłości, wówczas należy zastosować pierścień uszczelniający i dedykowany sprzęt stomijny.

Do stomii położonej na wypukłości należy dobrać dedykowany sprzęt stomijny:

1. Płytkę stomijną powinna idealnie przylegać do wypukłości i redukować fałdy i zagniecenia na przylepcu
2. Przylepiec powinien być elastyczny i dopasowywać się do ruchów ciała

Jak sprawdzić kształt ciała?

Ciała zmieniają się wraz z upływem czasu. Aby ułatwić użytkownikom dobór odpowiedniego sprzętu stomijnego, nie tylko w przypadku pacjentów, którzy niedawno przeszli zabieg wyłonienia stomii i chcą dowiedzieć się więcej, ale także u tych w późniejszym etapie życia ze stomią opracowano świetny sposób do samokontroli.

Narzędzie BodyCheck jest dostępne na stronie internetowej. Po udzieleniu odpowiedzi na 8 prostych pytań pacjenci otrzymują wskazówki dotyczące doboru sprzętu stomijnego dopasowanego do indywidualnego kształtu ciała.

BodyCheck to także zdjęcia i filmy instruktażowe, dokładnie obrazujące poszczególne rodzaje kształtów ciała i podpowiadające właściwe rozwiązania.



Skorzystaj z bezpłatnego narzędzia **BodyCheck** i sprawdź, czy używany przez Ciebie sprzęt jest dla Ciebie odpowiedni:
<https://tiny.pl/9r66q>

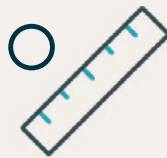


Otwór w płytce

Ważnym etapem w pielęgnacji stomii we wszystkich rodzajach jest **prawidłowe dopasowanie otworu w przylepcu**, a przez to właściwy dobór sprzętu zabezpieczający przed podciekaniem i podrażnieniami skóry wokół stomii.

W każdym pudełku z workami znajdują się **papierowe miarki**, dzięki którym w łatwy sposób można sprawdzić wielkość stomii. Miarka stomijna znajduje się także w aplikacji EStomia. Możesz mieć ją w telefonie – zawsze przy sobie.

Na każdej płytce stomijnej jest podziałka, która ułatwia wycięcie otworu.

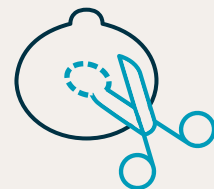


Pomiar stomii

Pomiar stomii u nowooperowanych pacjentów jest bardzo ważny.

Prawidłowo wycięty otwór w przylepcu powinien być o ok. 1-2 mm większy niż zmierzona średnica stomii. Jelito podczas wydzielania treści pracuje i może delikatnie się rozszerzać.

W przypadku stomii wypadniętej, wypadającej lub teleskopowej (czyli wypadającej i chowającej się w pozycji leżącej), należy wyciąć w przylepcu otwór o 5 mm większy niż średnica stomii.



Wycinanie otworu

Otwór w przylepcu musi być wycięty **zgodnie z kształtem stomii**. Jeśli stomia jest owalna, należy wyciąć otwór w przylepcu zgodnie z kształtem. Jeśli wytniemy w tym przypadku regularny okrągły kształt o wielkości większego wymiaru – spowoduje to, że treść będzie działała drażniąco na osłoniętą skórę, powodując jej podrażnienie.

Do wycięcia przylepca najwygodniej skorzystać z **nożyczek stomijnych**. Jest to najbezpieczniejszy i najłatwiejszy sposób docięcia właściwego otworu. Nożyczki stomijne są **delikatnie zakrzywione i mają zaokrąglony wierzchołek**, dzięki czemu zabezpieczają przed ewentualnym uszkodzeniem – przedziurawieniem worka.

Prawidłowa aplikacja sprzętu stomijnego

Wybierając sprzęt stomijny – niezależnie od rodzaju stomii – na początku należy zwrócić szczególną uwagę na płytkę stomijną.

Stomia u każdego pacjenta wygląda inaczej. Jelito może być zapadnięte lub wystające z powłok brzusznych, umiejscowione na brzuchu w różnej lokalizacji, może mieć różną wielkość i kształt. Dlatego odpowiednie dopasowanie płytki stomijnej jest bardzo ważne i należy to zrobić indywidualnie dla każdego pacjenta.



Warto zapoznać się z czterema etapami dotyczącymi prawidłowego doboru, dopasowania, przyklejania przylepca oraz zdejmowania sprzętu stomijnego.

KROK 1



Wybór odpowiedniego rodzaju płytki

Wybierając płytkę stomijną należy przede wszystkim zwrócić uwagę na to, jak umiejscowiona jest stomia względem powierzchni brzucha. Płytkę płaską przeznaczoną jest do stomii prawidłowej, czyli takiej, która „wystaje” – tu jest najmniejsze ryzyko podciekania treści pod przylepiec. Płytkę z wypukłością (tzw. Convex®) polecana jest szczególnie w przypadku osób, które mają stomię umiejscowioną w fałdzie. Płytkę Concave®, dzięki elastycznemu przylepcowi i wygiętej płytce stomijnej w kształcie gwiazdy idealnie dopasowuje się do wypukłych kształtów ciała. Pamiętajmy, że dopasowanie odpowiedniego rodzaju płytki to bardzo ważny i podstawowy element doboru sprzętu stomijnego.

Nie tylko za duże docięcie otworu może powodować podrażnienia. Jeżeli płytka będzie źle docięta i jej otwór będzie za mały, przylepiec będzie uciskał jelito, powodując dyskomfort lub ból. Nie każda stomia ma okrągły kształt, często wyłonięte jelito kształtem przypomina elipsę – wtedy gotowe docięcie może nie pasować i powodować podciekanie. Możliwość samodzielnego docięcia przylepca jest dużą zaletą sprzętu stomijnego, ponieważ można go idealnie i indywidualnie dopasować do każdej stomii.

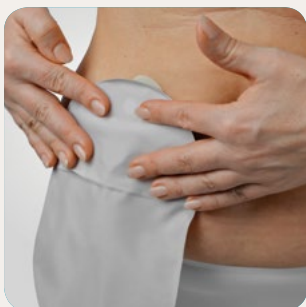
KROK 2



Dopasowanie otworu w przylepcu

Prawidłowe wycięcie otworu umożliwia zabezpieczenie przed podciekaniem treści stomijnej pod płytkę, a tym samym chroni przed podrażnieniami skóry w okolicach stomii. Przed naklejeniem nowego worka stomijnego należy zmierzyć średnicę stomii. Do pudełek z woreczkami stomijnymi dołączane są papierowe miarki, dzięki którym w łatwy sposób można sprawdzić, jaka jest średnica przetoki. Należy dociąć otwór w płytce odpowiednio do zmierzonej średnicy. Częste pomiary są szczególnie ważne u nowych pacjentów, gdyż nawet przez kilka tygodni po operacji stomia może się obkurczać i zmieniać swój kształt, a nawet umiejscowienie względem powłok brzusznych. Prawidłowo wycięty otwór w przylepcu powinien być o **ok. 1 mm większy** niż zmierzona średnica stomii, ponieważ podczas wydzielania treści jelito pracuje i może się delikatnie rozszerzać. Nie tylko za duże docięcie otworu może powodować podrażnienia. Jeżeli płytka będzie źle docięta i jej otwór będzie za mały, przylepiec będzie uciskał jelito, powodując dyskomfort lub ból. Do wycięcia przylepca najwygodniej skorzystać z nożyczek stomijnych, które są delikatnie zakrzywione i mają zaokrąglony wierzchołek, dzięki czemu zabezpieczają przed ewentualnym uszkodzeniem (przebicciem) woreczka oraz tworzeniu się „zadziorów” na krawędziach wycinanego otworu.

KROK 3



Przyklejanie sprzętu

Większość płytek stomijnych jest wykonana z tworzywa zwanego hydrokoloidem. Hydrokoloidowe przylepce w sprężeniu stomijnym są przyjazne dla skóry, mają właściwości pochłaniające wilgoć i dobrze trzymają się na skórze, nie powodując uczuleń. Tego typu przylepce pod wpływem ciepła stają się bardziej elastyczne i łatwiej jest je przykleić do skóry, dlatego zawsze przed zerwaniem folii ochronnej warto delikatnie go rozgrzać (np. poprzez przytrzymanie przylepca pod pachą lub trzymając kilka sekund między dłońmi). Przyklejając płytkę do skóry brzucha dobrze jest ją dodatkowo, delikatnymi ruchami, „wmasować”, tak aby się lepiej dopasowała. W taki sposób przygotowany i przyklejony sprzęt stomijny powinien się świetnie trzymać i chronić skórę przed podciekaniem, a także być wygodny dla pacjenta i zapewniać poczucie bezpieczeństwa.

KROK 4



Zdejmowanie sprzętu stomijnego

Worki dwuczęściowe zmienia się przeciętnie raz na dwa dni, a płytkę 1-2 w tygodniu, natomiast **worki jednoczęściowe** – 1-2 dni (zgodnie z najnowszymi wytycznymi). Aby odkleić płytkę warto użyć środka w formie sprayu lub specjalnych chusteczek. Zużyty worek odkładamy do torebki przygotowanej specjalnie do tego celu. Skórę wokół stomii należy umyć dedykowanym środkiem lub wodą z mydłem, a następnie osuszyć i przykleić nową, dociętą na wymiar płytkę.

Na co zwrócić szczególną uwagę przy zmianie sprzętu?

Przylepiec należy odklejać zawsze przy użyciu odpowiedniego środka do usuwania przylepca najlepiej w formie spray'u, dzięki czemu nie dojdzie do uszkodzenia naskórka.

Szczególną uwagę i ostrożność należy zachować w końcowej fazie, odklejając dolny brzeg przylepca. Czasami dochodzi w tym momencie do szarpnięcia i najczęściej uszkodzenia skóry.

Wcześniejsze odklejenie przylepca?

Jeżeli dojdzie do sytuacji, że przylepiec odklei się wcześniej, a zastosowana była pasta stomijna, której nie można zmyć to nie należy zdrapywać, zeszkrobywać pasty lecz zastosować odpowiednie środki do usuwania przylepca lub zmywacza do skóry.

Należy usunąć tylko taką warstwę jak to możliwe, a resztę zostawić na skórze. Poleca się przemyć skórę wilgotnymi (zmoczonymi w czystej wodzie) płatkami kosmetycznymi. Następnie należy osuszyć skórę ręcznikiem papierowym po czym nakleić nowy worek również używając odpowiednich akcesoriów stomijnych.

Rodzaj stomii a sprzęt?

Najprościej jest zaopatrzyć i pielęgnować **kolostomię**, która wydala treść okresowo. Daje nam to czas na prawidłową pielęgnację i jej właściwe zaopatrzenie.

W przypadku **powikłanej stomii** ważne jest, żeby właściwie dobrać sprzęt. Rodzaj sprzętu (1-częściowy czy 2-częściowy) zależy od preferencji pacjenta.

W przypadku **ileostomii czy urostomii** preferowany jest sprzęt 2-częściowy. Pozwala on na kontrolę wypływającej treści (można zastosować tampon czy zatyczkę np. z ręcznika papierowego), a to pozwala na dokładniejsze wklejenie przylepca w suchym otoczeniu. Dzięki temu nie dochodzi do podciekania treści i przylepiec lepiej się trzyma na skórze.



Jak często zmieniać sprzęt?

Częstotliwość wymiany sprzętu stomijnego traktujemy bardzo indywidualnie. Jeżeli dochodzi do częstego podciekania to wymianę sprzętu należy wykonać po każdym takim zdarzeniu, w celu ochrony skóry przed podrażnieniami.

Jeżeli sprzęt jest dobrze dopasowany i nie dochodzi do podciekania i podrażnień skóry, pacjenci z **UROSTOMIĄ** utrzymują przylepiec 4-6 dni wymieniając worek co 2 dzień, przy tej okazji oczyszczając okolicę stomii w płytce w celu zapobiegania rozwijania się infekcji układu moczowego.

Podobnie jest u pacjentów z **ILEOSTOMIĄ**, u których rekomendowana jest wymiana sprzętu co 1-2 dni w przypadku sprzętu jednoczęściowego, 2-3 dni w przypadku dwuczęściowego (jeśli nie dochodzi do podciekania), a jest to optymalny czas pozwalający na unikanie powikłań.

U pacjentów z **KOLOSTOMIĄ** rekomendowana jest wymiana sprzętu co 3 dzień. Treść jest zwykle zwareta, nie zsuwa się do dołu worka, co bardzo przeszkadza pacjentom, którzy zwykle przesuwają ją ruchem dłoni do dołu, stosując żel/płyn Dezodorant, który ma właściwości „poślizgowe” i często pod jego wpływem treść samoistnie się przesuwająca. Otwór w przylepcu powinien być o 2-4 mm większy niż wielkość stomii, ponieważ zwareta treść podczas wydalania potrafi pociągać brzeg przylepca i go odklejać albo przy przesuwaniu treści dłońmi pacjent sam może wepchnąć ją pod przylepiec. Sytuacja ta wymaga kontroli i samoobserwacji.

Pacjenci ze wszystkimi rodzajami stomii powinni kontrolować stan sprzętu na bieżąco. W momencie, kiedy pacjent odczuwa dyskomfort, bądź pieczenie skóry wokół stomii, mimo że nie upłynął rekomendowany czasookres zmiany sprzętu, należy zmienić worek i sprawdzić jaka jest przyczyna zaistniałej sytuacji.



		 PŁYTKA	 WOREK
	urostomia	przy zwiększonym ryzyku podciekania 1 raz dziennie lub co drugi dzień	co dwa dni lub codziennie
	ileostomia	1-2 dni w przypadku sprzętu 1-cz., 2-3 dni w przypadku 2-cz.; przy zwiększonym ryzyku podciekania 1 raz dziennie lub co drugi dzień	co dwa dni lub codziennie
	kolostomia	co 3-4 dni	worek zamknięty: 1 lub 2 razy dziennie; worek otwarty: co 2 dni lub częściej

Coloplast® Care

Edukacja i wsparcie w życiu ze stomią

Program Coloplast Care – chcemy pomóc Ci lepiej żyć

Coloplast Care to Program dedykowany dla pacjentów stomijnych oferujący wsparcie od pierwszych dni po wyjściu ze szpitala. Zapewniamy jego uczestnikom całoroczną opiekę dostarczając informacje na temat różnych zagadnień związanych ze stomią oraz ugruntowując ich wiedzę, przekazaną przez pielęgniarkę w szpitalu. Przedłużamy opiekę świadczoną przez pielęgniarkę w szpitalu na okres pooperacyjny, kiedy pacjent wraca do domu i jest pozbawiony regularnej opieki medycznej.

Zapewniamy Uczestnikom:

- Dedykowanego Opiekuna w Programie
- Bezpłatny dostęp do Konsultantów z Telefonicznego Centrum Pacjenta
- Informacje dot. refundacji i produktów
- Rzetelne porady dotyczące aktywnego życia ze stomią, podróży i diety
- Pomoc w doborze idealnego rozwiązania

Dołącz do nas wypełniając formularz na stronie:
<https://www.coloplast.pl/care/>

lub dzwoniąc do Telefonicznego Centrum Pacjenta Coloplast pod bezpłatny numer
800 300 300



Informacje zawarte w Poradniku stanowią ogólne wskazówki, które mogą pomóc w odpowiedzi na najczęściej zadawane pytania. Zawsze należy postępować zgodnie ze wskazówkami przekazywanymi przez lekarza lub pielęgniarkę.

Producent: Coloplast A/S. Podmiot prowadzący reklamę: Coloplast Sp. z o.o., ul. Inflancka 4, 00-189 Warszawa, www.coloplast.pl.
Logo Coloplast jest zastrzeżonym znakiem towarowym stanowiącym własność Coloplast A/S.
© 08/2025. Wszystkie prawa zastrzeżone. 140/OC/EDU/PLBM/P/09/2025