

SOS dla skóry wokół stomii

PORADNIK STOMIKA

Operacja wyłonienia stomii wiele zmienia, jednym z miejsc, o które należy zacząć wyjątkowo dbać jest skóra wokół wyłonionej przetoki. To miejsce, które szczególnie bezpośrednio po operacji, jest bardzo wrażliwe. Osoby z wyłonioną stomią powinny dbać o siebie z troską i dużą uwagą poświęcać właśnie skórze, aby pomóc jej w pełnej regeneracji, a w kolejnych etapach życia ze stomią zapobiegać podrażnieniom i stanom zapalnym.



Katarzyna Witkowska, doświadczona pielęgniarka stomijna, pomogła nam zebrać najważniejsze wskazówki dotyczące ewentualnych zmian skórnych, które mogą wystąpić wokół stomii.

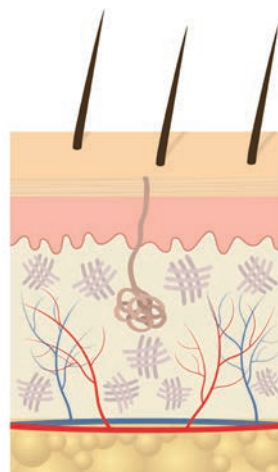
Skóra i jej rola w życiu Stomika

Skóra składa się z 3 warstw:

- ✓ Naskórek – to wierzchnia warstwa skóry, nie posiada naczyń krwionośnych
- ✓ Skóra właściwa – to druga głębsza warstwa skóry. Znajdują się w niej cebulki włosów i gruczołów potowych. Umieszczone są w niej niektóre naczynia krwionośne i nerwy
- ✓ Tkanka podskórna – to najniższa warstwa skóry. Znajdują się tam naczynia krwionośne i nerwy

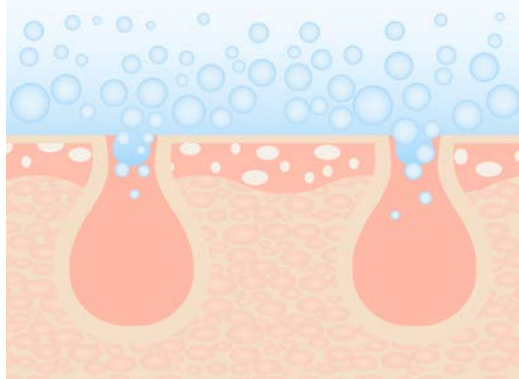
Skóra człowieka dorosłego jest dość zahartowana, może znajdować się na niej, zwłaszcza u mężczyzn, nadmierne owłosienie, zbyt obfita tkanka tłuszczowa, nierówności na jej powierzchni. Skóra u osób starszych, schorowanych jest wiotka, cienka, pergaminowa.

U osób z wyłonioną stomią istotna jest właściwa pielęgnacja skóry, aby nie dochodziło do jej uszkodzeń.



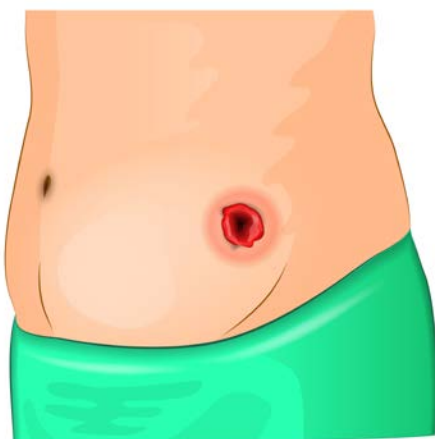
Większość zmian na skórze jest konsekwencją złej pielęgnacji wynikającej z braku wiedzy lub stosowania niewłaściwego sprzętu oraz środków pielęgnacyjnych.

Wiele osób z wyłonioną stomią często ma przeświadczenie, że podrażnienia skóry to niestety stały element ich życia. Takie myślenie jest błędne.



Do osuszania skóry zaleca się stosowanie delikatnego papierowego ręcznika.

- ✓ Nie wskazane jest używanie ligniny, chusteczek higienicznych czy papieru toaletowego, ponieważ te produkty zostawiają na skórze „mikro-kłaczki”, które powodują złe przyleganie przylepca worka stomijnego
- ✓ Do osuszania i zmywania skóry wokół stomii **NIE WOLNO** używać spirytusu, benzyny medycznej, nafty czy eteru, ponieważ te produkty usuwają ze skóry naturalną warstwę ochronną i znacznie zwiększają podatność na uszkodzenia.



Prawidłowa pielęgnacja stomii i skóry wokół to przede wszystkim zachowanie właściwej higieny.

- ✓ Do mycia skóry wokół stomii należy używać ciepłej wody i ewentualnie naturalnego mydła
- ✓ Należy unikać mydeł zapachowych i natłuszczających, gdyż mogą one zmniejszać przyczepność sprzętu stomijnego i ewentualnie wywoływać reakcje alergiczne
- ✓ Do mycia skóry zaleca się kosmetyki do zmywania skóry, usuwania przylepca proponowane przez firmy produkujące sprzęt stomijny oraz delikatne, bawełniane płatki kosmetyczne
- ✓ Nie należy używać ostrych gazików lub gąbek, które zwykle podrażniają skórę

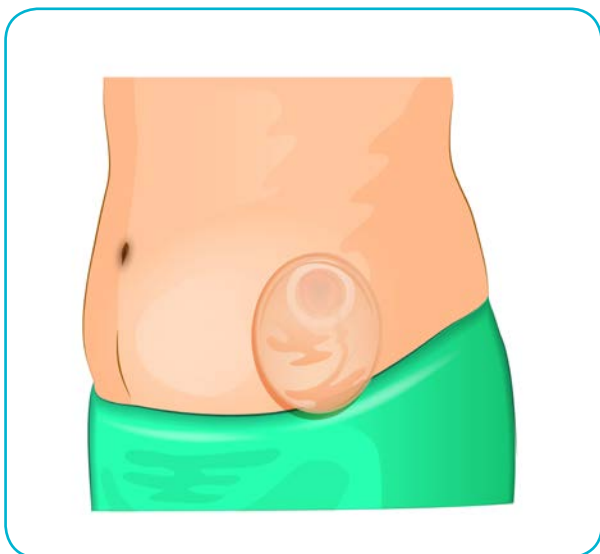
Sygnaty SOS

Szczególną uwagę osób z wyłonioną stomią powinny wzbudzić poniższe objawy:

- ✓ pieczenie
- ✓ świąd
- ✓ szczypanie
- ✓ pobołowanie
- ✓ ewentualnie pojawiający się dyskomfort pod przylepcem w okolicy stomii
- ✓ podciekanie treści

Jeśli osoba z wyłonioną stomią lub jej opiekun dostrzegą powyższe symptomy należy:

- ✓ bezzwłocznie dokonać zmiany sprzętu (płytki i worka)
- ✓ starannie usunąć przylepiec
- ✓ dokładnie oczyścić i osuszyć skórę wokół stomii
- ✓ dokładnie obejrzeć i ocenić stan skóry



Środki pielęgnacyjne

Podrażniona i zaczerwieniona skóra wymaga zastosowania pudru, kremu przeciw odparzeniom i odpoczynku.

Jeśli to możliwe, a stomia nie wydziela intensywnie treści jelitowej, warto zrobić krótkie tzw. SPA dla skóry. Następnie należy dokładnie umyć skórę czystą wodą, dokładnie osuszyć ją ręcznikiem papierowym. Tak „zrelaksowana” skóra jest gotowa do wymiany sprzętu z zastosowaniem pudru i pasty stomijnej.

Uwaga!

Skóra bardziej podrażniona, z widocznym naruszeniem naskórka może wymagać zastosowania pudru (nadmiar pudru zawsze należy „zdmuchnąć”), płytki ochronnej lub pierścieni uszczelniających w paskach tzw. „półksiężycy” oraz pasty stomijnej.



Środki do pielęgnacji skóry

STOMIKU PAMIĘTAJ!

1.

Wymieniaj sprzęt stomijny systematycznie

2.

Nie przedłużaj utrzymywania sprzętu na skórze „bo się trzyma” Czasami można nie zidentyfikować sygnałów alarmujących, co może również skończyć się podrażnieniem skóry

3.

Obserwuj przyklepiec, jeżeli zmieni barwę na białawy, wydaje się rozmięknięty, to jest to zawsze sygnał do zmiany sprzętu

Jeśli masz pytania lub potrzebujesz pomocy, zadzwoń do nas pod bezpłatny numer telefonu.
Bezpłatna Infolinia Coloplast 800 300 300,
czynna od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00 – 18.00.



Zachęcamy do zapoznania się z informacjami dla osób z wyłonioną stomią w artykułach na naszej stronie magazynu „Kolory Życia”
– www.koloryzycia.com.pl