



بیمار گرامی: شما تحت جراحی کلتومی قرار گرفته اید. لازم است بدانید اندازه کلتومی بعد از عمل جراحی بزرگ و متورم است که با گذشت چندین هفته و بهبودی کامل اندازه آن کوچکتر خواهد شد. لطفاً به موارد زیر بعد از ترخیص توجه داشته باشید:

پانسمان و استحمام: شما می توانید با کیسه یا بدون کلتومی براحتی حمام کرده ولی توجه داشته باشید بقایای صابون باید به داخل محل کلتومی شما داخل نشود بهتر است از صابون بچه استفاده گردد.

تخلیه کیسه و یا تعویض آن بهترین روش برای پیشگیری از پر شدن کیسه کلتومی است. هنگامی که نصف حجم کیسه پر شد اقدام به تخلیه و یا تعویض کیسه نمائید. -بهترین زمان شستشو و تعویض کیسه کلتومی، صبح زود قبل از صبحانه یا ۴-۳ ساعت بعد از غذا است. شما می توانید جهت رفع نیاز خود از انواع کیسه های کلتومی استفاده نمائید. قبل از هر بار استفاده از کیسه کلتومی 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.

- برای جلوگیری از آسیب پوستی اطراف استوما باید از تماس مستقیم مواد دفعی استوما با پوست جلوگیری کرد. برای این کار باید حتماً سایز کیسه مناسب دهانه استومی انتخاب شود.

- باید از نشستن مواد دفعی به اطراف کیسه جلوگیری کرد و هنگامی که نشستن اتفاق افتاد، بلافاصله کیسه را تعویض نمود. هنگام تعویض کیسه باید چسب پایه با ملایمت از پوست جدا گردد تا به پوست آسیب وارد نشود. توجه داشته باشید سوراخ وسط کلتومی باید درست در ناحیه کلتومی بدن شما قرار گرفته باشد.

- همواره پوست را باید تمیز نگاه داشت. برای شست و شوی پوست اطراف استوما فقط نیاز به آب و حوله مرطوب می باشد. قبل از چسباندن کیسه جدید، پوست را باید کاملاً خشک کرد زیرا چسباندن کیسه روی پوست مرطوب باعث جدا شدن سریع چسب پایه می شود و نشستن مواد دفعی را افزایش می دهد. برای خشک نگاه داشتن پوست می توان از پایین ترین درجه سشوار استفاده نمود.

علائم خطر: در صورت مشاهده موارد زیر سریعاً به بیمارستان مراجعه شود:

تغییر رنگ شدید در استوما از قرمز روشن تا بنفش تیره

خونریزی مداوم یا به مقدار زیاد داخل کیسه

درد شکم با گرفتگی عضلات شکم همراه با عدم خروج مواد از استوما و تهوع و استفراغ مداوم.

تغییر غیر طبیعی در شکل و اندازه استوما (بیرون زدگی یا تو رفتگی).

اسهال مداوم همراه با کاهش حجم آب بدن

رژیم غذایی:

از غذاهایی که ایجاد یبوست می کند جدا خودداری فرمائید این غذاها شامل:

تخم مرغ- ماهی- سیر- پیاز- ادویه جات- مارچوبه- کلم و گل کلم کمی باشد.

- از غذاهایی که تولید گاز در روده می کنند پرهیز کنید این غذاها شامل:



حبوبات- کلم- آبجو- نوشابه های گازدار- گل کلم- ذرت- خیار- قارچ-نخود و اسفناج .

غذاهایی که مدفوع را شل می کند شامل : آلو و آب آلو.

غذاهای ملایم : کلم- آب انگور- میوه های تازه - آبجو و الکل است .

میوه هایی که مدفوع را سفت می کند شامل : سیب موز- پنیر- ماست- بادام زمینی- ماکارونی- برنج- شیر- سبزی و گل ختمی .

غذاهایی که بوی بد را از بین می برند شامل : جعفری- ماست- آب پرتقال- آب گوجه فرنگی و اسفناج تازه می باشد .

آب فراوان بنوشید ۶-۸ لیوان در روز .

میزان فعالیت و استراحت: داشتن کلستومی هیچ گونه مانعی در جهت فعالیتهای روزانه فرد ایجاد نمیکند .

کلستومی مانع فعالیت جنسی نیست.

مصرف دارو:

مراجعه مجدد:

در صورت داشتن سوال در مورد بیماری خود با شماره زیر تماس بگیرید.

شماره تماس: ۱۴-۱۲-۰۵۸۳۶۲۲۴۰ (بخش داخلی ۱۵۱)- بیمارستان آموزشی پژوهشی درمانی امام خمینی(ره)