

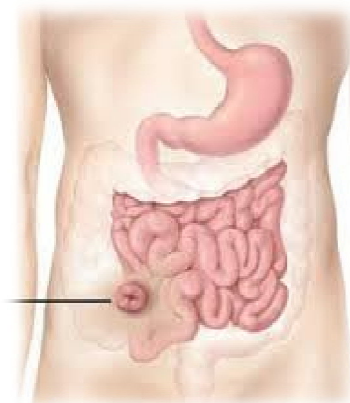
مددجوی عزیز که با داشتن کیسه کلستومی  
مرخص میشوید لطفا موارد زیر را در منزل  
رعایت کنید:

◀ لازم است طرز تعویض کیسه کلستومی  
خود را قبل از ترخیص از بیمارستان کاملا  
یاد بگیرید و اشکالات احتمالی خود را حتما  
از پرستار بخش بپرسید.



◀ موهای اطراف دهانه کلستومی خود را  
مرتباً بتراشید.

مددجوی عزیز کلستومی یا دفع مدفوع از  
راه کیسه برای سلامت شما ایجاد شده است .



**کلستومی** ایجاد یک دهانه در  
کولون (قسمتی از روده) به روش جراحی  
است کلستومی میتواند به طور موقت یا دائم  
ایجاد شود. در این روش ترشحات و  
محتویات روده به خارج از بدن تخلیه میشود



« بسمه تعالی »

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی گیلان

مرکز آموزشی - درمانی پورسینا

آموزش به بیمار

**با کیسه کلستومی**

( آنچه همراهان باید بدانند )



تهیه و تنظیم : سمیه صفرزاده

زیر نظر سوپروایزر آموزشی

زمستان ۹۲

◀ پوست اطراف کلتومی را باید با یک لیف نرم مرطوب و آغشته به صابون ملایم به آرامی پاک کنید.

◀ اگر قبل استفاده از یک کیسه تمیز تمایل به حمام کردن داشته باشید نوار چسب ضدآب در دو طرف کیسه قرار دهید.

◀ برای خشک کردن ناحیه کلتومی باید گاز را به آرامی روی پوست گذاشته و بردارید.

◀ برای برداشتن کیسه باید در وضعیت راحتی بنشینید یا بایستید و به آرامی پوست را به پایین کشیده و از پوست دور کنید.

◀ در صورت بروز عفونت قارچی پودر نیستاتین با صلاحدید پزشک معالجتان به صورت لایه ای نازک بر پوست تحریک شده پاشیده شود.

◀ قبل از خواب از غذای کمتری استفاده و از پر خوری پرهیز کنید.

◀ برای انتخاب کیسه باید اندازه مناسب کلتومی اندازه گیری شود دهانه کیسه باید به اندازه ۳ سانتیمتر بزرگتر از دهانه کلتومی باشد.

◀ از مصرف غذاهایی که بو و گاز زیادی به وجود می آورند خودداری شود این غذاها شامل:

انواع کلم ها، تخم مرغ، ماهی، حبوبات و بادام زمینی می باشد.

◀ برای رفع یبوست آب آلو یا سیب یا مصرف یک ملین ضعیف با دستور پزشک معالجتان موثر خواهد بود.

◀ مصرف حداقل دو لیتر مایعات در روز توصیه میشود (در صورتیکه مصرف زیاد مایعات برای شما ممنوعیتی نداشته باشد).

◀ میتوانید لباسهای معمولی بپوشید بهتر است که از کمر بند های طبی استفاده کنید.

◀ انجام هر نوع فعالیت ورزشی بلامانع است (بجز فعالیت هایی که با محل کلتومی تماس پیدا کنند)

◀ کیسه را قبل از فعالیت جنسی تخلیه کنید و به کمک باند یا یک لباس زیر خاص کیسه را در جای خود ثابت نگه دارید.

◀ به هنگام تعویض های روزانه کیسه باید وضعیت زخم، رنگ، شکل و عملکرد آن و هرگونه خونریزی، عفونت یا نکروز باید بررسی شود، در صورت بروز مشکل به پزشک مراجعه کنید.

◀ غذاهای متعادل با فاصله منظم و غذا را به آرامی میل نموده و کامل بجوید.

◀ در صورت اسهال یا یبوست طولانی مدت به پزشک مراجعه کنید.