

RECOMENDACIONES DE ENFERMERIA AL ALTA



ETIQUETA DEL PACIENTE

DATOS DE CONTACTO

UNIDAD DE HOSPITALIZACIÓN 3ª D
HOSPITAL GENERAL

TLF: 968369563

ENFERMERA/O REFERENCIA:

PACIENTE OSTOMIZADO

“¿QUE ES UN ESTOMA?”:

Un estoma es el abocamiento temporal o definitivo de una víscera a la superficie cutánea (generalmente el intestino o las vías urinarias) en un punto diferente al orificio natural de excreción, con el fin de eliminar el contenido de dicha víscera.

Este documento tiene como OBETIVO proporcionarle la información precisa y útil sobre los cuidados de enfermería y recomendaciones que debe tener en cuenta usted y su familiar al alta hospitalaria.

CUIDADOS DEL ESTOMA Y MANEJO DE LOS DISPOSITIVOS

PATRON PERCEPCION-MANEJO DE LA SALUD.

El cuidado del estoma y el manejo de los dispositivos se realiza para una correcta higiene y así, prevenir complicaciones.

¿CÓMO CUIDAR EL ESTOMA?

- Lavado de manos
- Retirar el dispositivo tirando suavemente de la pestaña del adhesivo con una mano, mientras que con la otra se sujeta la piel periestomal “NO DAR TIRONES”.
- Limpiar los restos de efluente con un pañuelo de papel o gasa.
- Completar la limpieza con una esponja suave y jabón neutro, lavando la zona del estoma con movimientos circulares suaves de fuera a dentro. No utilizar ni alcohol ni ningún tipo de antiséptico para la piel periestomal (sólo pomadas hidrocoloides en caso de irritación).
- Secar a toquecitos con una toalla o gasa, evitando frotar bruscamente. No secar la piel con secador y si existiera vello hay que cortarlo con tijeras, nunca con maquinilla.
- Observar y valorar las condiciones de la piel y el estoma para identificar cualquier anomalía

- Es posible que se produzcan pequeños sangrados en el estoma tras la manipulación, debido a la sensibilidad de la mucosa, que solucionaremos aplicando una gasa con agua fría en el estoma durante unos segundos. En el caso de las urostomías utilizar suero fisiológico para evitar infecciones.

¿CÓMO REALIZAR EL CAMBIO DE DISPOSITIVO?

1- Medir el estoma

Durante los 2 ó 3 primeros meses después de la intervención, es normal que el tamaño del estoma se reduzca. Por ello es importante que se realice la medición del tamaño de manera periódica y con frecuencia.

2- Recortar el adhesivo al tamaño del estoma

Ajustar el adhesivo del dispositivo al estoma como anillo al dedo para evitar que el efluente procedente de la ostomía entre en contacto con la piel periestomal.

3- Colocación del dispositivo

- Dispositivos de 1 pieza: Retirar el film protector del adhesivo y adherir la bolsa a la piel, empezando siempre de abajo arriba y centrando de forma precisa el orificio alrededor del estoma.
- Dispositivos múltiples (sistemas de 2(3) piezas): Si solamente se ha retirado la bolsa, se procederá a acoplar la bolsa sobre el aro del disco.

Si se ha retirado tanto la bolsa como el disco, procederemos en primer lugar a pegar el disco adhesivo a la piel empezando de abajo arriba y centrando de forma precisa el orificio alrededor del estoma. Posteriormente hay que acoplar la bolsa sobre el aro del disco.

DIETA.

PATRON METABOLICO-NUTRICIONAL

- Dieta pobre en residuos las primeras semanas.
- Posteriormente, comer una dieta variada rica en fibras.
- Beber al menos 2 litros de líquidos al día.
- Evitar aumentos excesivos de peso.
- El olor puede ser mas fuerte si se toman huevos, legumbres, fritos y se puede reducir tomando mantequilla, yogur, perejil.
- En los pacientes con una urostomía, es aconsejable tomar frutas que contengan vitamina c (kiwis, fresas, naranjas, pomelos), para evitar las infecciones de orina.

DEBE OBSERVAR

PATRON ELIMINACION.

- En paciente portador de una colostomía, en el postoperatorio inmediato las deposiciones son de consistencias líquidas y continuas. El postoperatorio mediano y tardío las deposiciones serán de consistencia pastosa y discontinuas.
- En paciente portador de una ileostomía, en el postoperatorio inmediato, mediano y tardío las deposiciones serán de consistencias líquidas y continuas.

ACTIVIDAD DIARIA.

PATRON ACTIVIDAD-EJERCICIO.

- Se puede duchar o bañar diariamente con el dispositivo o sin él.
- No usar ropa muy ajustada que comprima el estoma.
- Es aconsejable el uso de faja para prevenir posibles complicaciones (hernias periestomales).
- Puede realizar deportes, evitando aquellos que requieran esfuerzos con el abdomen. En el caso de realizar natación o bañarse en la playa, coloque el protector de filtro al dispositivo para evitar que se moje y se inutilice.
- Llevar siempre MATERIAL DE REPUESTO para evitar situaciones inesperadas.

RECOMENDACIONES DE DESCANSO Y SUEÑO.

PATRON DESCANSO-SUEÑO.

- Colocar el dispositivo y accesorios adecuados para evitar las fugas, y así asegurar el descanso durante el día y la noche.

ORGANOS DE LOS SENTIDOS Y DOLOR.

PATRON COGNITIVO-PERCEPTUAL.

IMAGEN CORPORAL

PATRON AUTOPERCEPCION-AUTOCONCEPTO.

- Debe realizar personalmente los cuidados relacionados con su estoma.
- Aceptar la nueva imagen corporal de forma progresiva.

VIDA COTIDIANA

PATRON ROL-RELACIONES.

- Continuar con su estilo de vida del mismo modo anterior a su estoma.
- Fomentar las relaciones personales y familiares.
- Es aconsejable contactar con las asociaciones de ostomizados existentes.

SEXUALIDAD

PATRON SEXUALIDAD-REPRODUCCION.

- Ante el inicio de las relaciones sexuales, deberá de consultar las alternativas y los medios existentes con un profesional (médico o/y estomaterapeuta).

EDUCACIÓN PARA LA SALUD

PATRON ADAPTACION-TOLERANCIA AL ESTRÉS.

- Se le proporcionará información de manera exhaustiva, sobre los cuidados y dispositivos existentes en el mercado.

VALORES Y CREENCIAS

PATRON VALORES-CREENCIAS.

SIGNOS DE ALARMA / DONDE ACUDIR

Deberá ponerse en contacto con el estomaterapeuta mediante llamada telefónica, consulta o puerta de urgencias, si detecta:

- **Diarreas con duración superior a un día.**
- **Sangrado severo del estoma.**
- **Si el estoma se vuelve negruzco (la coloración normal del estoma es rojo o sonrosado).**
- **Dolor abdominal severo, fiebre o hinchazón.**
- **Escape de fluido intestinal en el perímetro del estoma, en vez de a través del estoma.**