|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| logo | Правила ухода за колостомой, калоприемником. |  |
| Утвердил | Фатьянова О. П. |  |
| Согласовано | Несытых А.А. Скуратовская М.А. | Цель: обучить пациента правилам ухода за колостомой и калоприемником |
| Разработано | Сидоренко А.В. |

**Что такое колостома?**

|  |  |
| --- | --- |
| **Колостома** — это отверстие кишки, сформированное хирургическим путем после удаления всего или части кишечника, выведенное на переднюю брюшную стенку, предназначенное для отведения кишечного содержимого. | Закрытие колостомы в клинике Сон (SUN) - Южная Корея |

**,**

**Уход за колостомой**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Что нужно сделать | Примечание | Фото |
| 1 | Вымойте руки с мылом |  | День чистых рук  |
| 2 | Если вы уже пользуетесь калоприемниками, то осторожно удалите калоприемник и выбросите его в специально приготовленный герметичный пластиковый пакет, сначала опорожнив его содержимое в унитаз. |  | ▷ Респект, Пакеты для утилизации медицинских отходов, желтые, класс Б, 30  л, 500 x 600 мм, 1000 шт купить за 2 195 руб. в пробахилы.рф |
| 3 | Промойте стому и кожу вокруг нее теплой водой с жидким мылом. Не бойтесь трогать стому руками. | Не используйте кусковое мыло, оно сушит кожу, удаляет ее естественный защитный барьер и делает ее более уязвимой для проникновения бактерий и механических повреждений. При обработке стомы и кожи вокруг нее нельзя использовать антисептические растворы, алкоголь, спирт, эфир и др. | Как заменить калоприемник самому?  |
| 4 | Просушите кожу промокающими движениями мягким полотенцем или марлевой салфеткой. |  | Обработка стомы и перистомальной кожи |

**Что такое калоприемник?**

|  |  |
| --- | --- |
| **Калоприемник -**  резервуар для приёма каловых масс. | Стома: что это такое, как ухаживать | М.П.А.медицинские партнеры |

**Как наклеить калоприемник?**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Что нужно сделать | Фото |
| 1 | Определите размер стомы. Наложите трафарет на клеевую пластину мешка и нанесите контуры на защитное покрытие клеевого слоя. | Как правильно определить размер кашечной стомы? |
| 2 | Вырежьте отверстие в соответствии с нанесенным контуром. При этом размер вырезанного отверстия должен на 1-2 мм превышать размер стомы. | Жизнь со стомой |
| 3 | Перед наклеиванием согрейте клеевую пластину однокомпонентного мешка между ладонями или под мышкой. Снимите защитное покрытие. Совместите нижний край вырезанного отверстия с нижней границей стомы. | Untitled |
| 4 | Начинайте клеить пластину мешка снизу-вверх, плотно прижимая ее к коже и разглаживая от стомы к краям пластины, чтобы не образовывались складки. | Советы пациентам с колостомой |

При заполнении 1/3 объема мешка каловыми массами его следует опорожнить.

Калоприемник следует дренировать, не отклеивая от кожи. Для этого направьте мешок в унитаз, откройте дренажное отверстие и опорожните его.



Дренажный конец мешка следует тщательно протирать. 

Не забудьте закрыть дренажное отверстие после опорожнения мешка.



Удаление калоприемника производят, если пластина начинает отставать от кожи — тогда Вы почувствуете жжение (кишечное отделяемое затекает под пластину мешка).

Одной рукой возьмите мешок за специальный выступ и осторожно отклеивайте его сверху вниз, другой рукой натягивайте кожу.

**Внимание:**

* Во избежание механического повреждения кожи не следует отклеивать мешок рывком.
* Помните, что калоприемник наклеивается на кожу только один раз, его повторное использование не допускается.

**В каких случаях стоит незамедлительно обратиться к врачу?**

Следует обратиться к специалисту, если:

* Стома завернулась вовнутрь (втягивание), что усложняет приклеивание калоприемников.
* Стома вывернулась наружу больше обычного (выпадение, пролапс стомы). Причиной этого могут быть слабые брюшные мышцы, грыжа и т.д.

В результате механического повреждения кишки, возможны возникновения назначительного кровотечения при смене калоприемника или очистке кожи. Следует всегда следить за цветом и состоянием стомы, а также за тем, чтобы стома не кровоточила часто.

**Жизнь со стомой**

**Диета**

Лучше всего сначала вести так называемый дневник питания, в который следует записывать все блюда и все продукты питания, потребляемые за день, и реакцию кишечника на их прием. Так, постепенно можно будет исключить из рациона те блюда или продукты, которые вызывают нежелательные явления (запор, диарею, вздутие живота и т.д.)

|  |  |
| --- | --- |
| **Послабляющим эффектом обладают:*** сырые овощи и фрукты
* чернослив, инжир, сливы фасоль
* свежевыжатые соки
* кисломолочные продукты
* минеральная вода (без газа)
 | **Закрепляющим эффектом обладают:*** рис
* сухари, сушки
* шоколад, сладости
* черника, бананы, печеные яблоки
* кипяченое молоко, кисели
 |
| **Продукты, способствующие газообразованию**: * безалкогольные газированные напитки и пиво
* горох, бобы, кукуруза
* капуста: цветная, белокочанная, брокколи корнеплоды, огурцы
* шпинат, лук, чеснок
* абрикосы, бананы, груши
* грибы
* яйца
 | **Продукты, усиливающие выделение неприятного запаха при переваривании:**некоторые сорта сыра, рыба, яйца, капуста, лук, чеснок, пряности и специи**Продукты, способствующие уменьшению выделения неприятного запаха:**йогурт, брусника, зеленый салат, петрушка, шпинат |

**Занятие спортом**

Возобновление занятием спортом после операции должно быть постепенным во избежание образования грыж. Следует избегать занятий, связанных со значительной физической нагрузкой и поднятием тяжестей. Идеальным для поддержания физической формы без изнурительных тренировок могут быть занятия плаванием и ходьбой.

**Интимные отношения**

Наличие стомы не мешает вести половую жизнь. За информацией, касающейся последствий операции и ее влияния на дальнейшую половую жизнь, следует обратиться к врачу. Если Вы испытываете трудности или Вас что-то волнует, не стесняйтесь спросить об этом у врача или специалиста по уходу за стомой.

**Путешествия со стомой**

Отправляясь в путешествие:

* приготовьте косметичку с калоприемниками и необходимыми для их замены средствами;
* упакуйте в ручную кладь небольшой запас средств ухода за стомой из расчета на несколько дней на тот случай, если основной багаж потеряется;
* возьмите достаточное количество предметов ухода и лекарств, т.к. достать их в поездке может оказаться проблемой;
* если Вы пользуетесь самолетом, отверстие под стому следует вырезать заранее, так как в полете ножницы нельзя брать в ручную кладь.

**Как получить технические средства реабилитации (ТСР)?**

Для получения технического средства реабилитации вам потребуются время, терпение и определённые официальные документы.

* Для начала вам нужно обратиться к терапевту в своей поликлинике и объяснить, что вам необходимо заполнить индивидуальную программу реабилитации.
* После прохождения по кабинетам всех необходимых специалистов вы получите направление на медико-социальную экспертизу (МСЭ). Напоминаем, что получение программы ИПРА и переосвидетельствование на группу инвалидности – это вещи совершенно разные, поэтому не стоит их путать.
* На МСЭ стоит приходить хорошо подготовленными. Вы должны точно знать, какие социальные услуги и технические средства реабилитации вам необходимы и на что из этого вы совершенно точно имеете право по закону. Именно вы должны донести эту информацию до специалистов, которые будут заполнять вашу программу реабилитации.
* Только после получения правильно заполненной ИПРА, можно отправиться в фонд социального страхования по месту жительства и оформить заявку на техническое средство реабилитации.
* Если у вас уже есть ИПРА, но вы обнаружили в ней опечатку или у вас изменились важные данные, существует [Порядок внесения исправлений в ИПРА](https://www.elitagroup.ru/content/articles/list/download/UpdatingIPRA.pdf). Он позволяет обновить или исправить вашу индивидуальную программу реабилитации без дополнительного освидетельствования.

\*Памятка создана на основании:

1. Ст. 22 ФЗ от 21.11.2011 N 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
2. Приказ Минздрава России от 19.03.2021 № 231н «Об утверждении Порядка проведения контроля объемов, сроков, качества и условий предоставления медицинской помощи по обязательному медицинскому страхованию застрахованным лицам, а также ее финансового обеспечения» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.07.2022)
3. Балобина Э. В. В помощь стомированному пациенту // Газета «Стом-инфо»
4. Воробьев ГИ., Царьков П. В. Основы хирургии кишечных стом. — М.: Стольный град, 2002.
5. Воробьев Г. И., Царьков П. В., Калашникова И. А., Полищук Л. О. Оценка эффективности средств ухода за стомой «Alterna» // Колопроктология. — 3 (9). — М., 2004.
6. Голубева М. Ю., Суханов В. Г. Реабилитация пациентов со стомой. Проблемы и решения. — М.: Альтаир Си, 2001.
7. Калашникова И. А. Growth in Russian ostomy patients’ rehabilitation services // Helios. — 02 (13). — Дания. — 2006.
8. Лукьянова И. Е., Суханов В. Г. Реабилитационная помощь лицам с ограничениями жизнедеятельности. — М.: Наука, 2007.
9. Манихас Г. М., Оршанский Р. Н., Фридман М. Х. Основы стоматерапии. СПб.: Петрополис, 2000.
10. Оршанский Р. Н., Скопина Д. Ю. Пособие по уходу за стомой: Руководство для пациентов / Городской онкологический диспансер Санкт-Петербурга. — СПб., 2002.
11. Оршанский Р. Н. В помощь стомированному пациенту / СанктПетербургский городской клинический онкологический диспансер, отделение реабилитации стомированных пациентов. — СПб., 2003.
12. Суханов В. Г. Питание пациентов с кишечной стомой. Практическое пособие. — М., 2003.
13. Суханов В. Г. Социальная реабилитация стомированных больных. — М.: Оверлей. — 2003.
14. Суханов В. Г. Социальная адаптация пациентов со стомой. Проблемы и решения. — М.: Оверлей. — 2004.
15. Суханов В. Г. Социальная реабилитация пациентов со стомой. — М.: Наука, — 2006.
16. Brigid Breckman, Stoma Care and Rehabilitation, Elsevier Limited.— 2005.
17. Living with a colostomy, Coloplast A/S, Denmark C2007-1
18. Living with a ileostomy, Coloplast A/S, Denmark C2007-1
19. Living with a urostomy, Coloplast A/S, Denmark C2007-1
20. www. coloplast.ru
21. www. coloplast.com
22. www.astom.ru
23. www.gnck.ru
24. www.oncology.ru

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Ответственность | Должность | ФИО | Подпись | Дата |
| Согласовал | Зав. отделением | Несытых А.А. |  | 27.01.2022 |
| Согласовал | Ст. медсестра | Скуратовская М.А. |  | 27.01.2022 |
| Разработал | Медсестра | Сидоренко А.В. |  | 27.01.2022 |
|  |  |  |  |  |