

CUIDADOS DE COLOSTOMIA-ILEOSTOMIA EN DOMICILIO

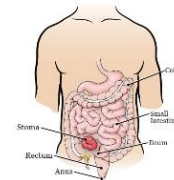
¿Qué es una Colostomía?

Es un procedimiento quirúrgico en el que **se saca un extremo del intestino grueso a través de una abertura (estoma) hecha en la pared abdominal**. Las deposiciones que se movilizan a través del intestino salen por la estoma hasta la bolsa adherida a la piel del abdomen. La colostomía puede encontrarse del lado izquierdo, derecho y/o incluso en el centro del abdomen. La ubicación dependerá de la parte del colon que se encuentre afectada.



¿Qué es una Ileostomía?

Es un procedimiento quirúrgico en el cual el extremo del intestino delgado (íleon) se expone a través de una abertura (estoma) en la pared abdominal, para permitir el paso de deposiciones. Generalmente se encontrará en el lado inferior derecho del abdomen. Una ileostomía produce deposiciones más líquidas, por lo que deben vaciarse más veces en el día, en cambio las deposiciones de la colostomía son más sólidas.



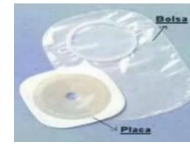
Higiene del Estoma.

- Reúna los implementos necesarios.
- Lave el estoma con agua tibia y jabón neutro frotando la zona circundante con movimientos circulares de fuera hacia adentro.
- Enjuague con abundante agua y seque con toques suaves (Nunca usar secador).
- No usar lociones, colonias o cremas.
- En caso de que la piel sea muy velluda, puede recortar el pelo con tijera, nunca con máquinas o crema depilatoria por riesgo de irritación.

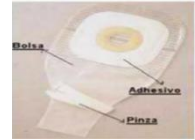


¿Cuáles son dispositivos de vaciado que existen?

a) **Cerrado:** Son bolsas termoselladas, se necesita una para cada uso. Son adecuadas para deposiciones solidas o pastosas.



b) **Abiertos:** En el extremo inferior presenta una abertura que se cierra con una pinza, la cual permite el vaciado de la bolsa y se puede utilizar en más oportunidades.



Las bolsas se pueden clasificar según el sistema de sujeción en:

- **Único:** Adhesivo y la bolsa en una sola pieza
- **De 2 piezas:** Placa adhesiva+ bolsa
- **De 3 piezas:** Placa adhesiva+ bolsa+ pinza de seguridad y/o Clipper que garantiza la unión de la bolsa y la placa



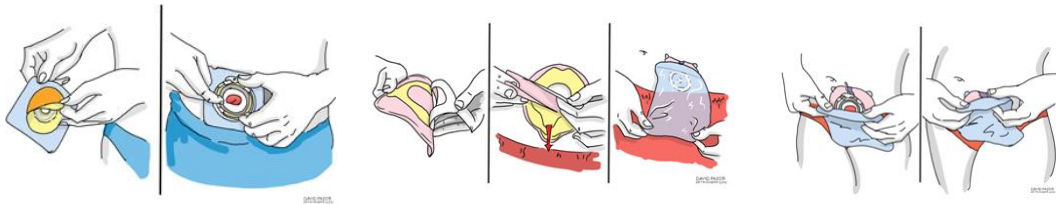
¿Cómo cambiar la bolsa de la colostomía o ileostomía de 1 pieza?

- Lave sus manos y coloque guantes.
- Retire la bolsa antigua (1).
- Lave el estoma con agua tibia y jabón neutro. (2)
- Mida el estoma, el orificio de la placa debe ser del mismo tamaño del estoma. (3)
- Recorte la placa realizando un orificio con la medida del estoma. (4)
- Coloque la bolsa, pegando el adhesivo de la placa desde abajo hacia arriba (Asegúrese que no haya arrugas, ni orificios, mantenga su mano sobre el adhesivo para generar calor y favorecer mayor adherencia). (5)



¿Cómo cambiar la bolsa de la colostomía o ileostomía de 2 pieza?

- Lave sus manos y coloque guantes.
- Retire la bolsa y disco, despegando desde la esquina superior separando la piel del adhesivo.
- Lave el estoma con agua tibia y jabón, seca con toques suave con toalla.
- Mida el estoma, el orificio de la placa debe ser el mismo tamaño del estoma.
- Recorte el adhesivo con las medidas el estoma.
- Pegue el disco haciendo coincidir el orificio
- Una la bolsa al disco y compruebe que la bolsa se haya unido al disco.



¿Cada cuánto tiempo debo cambiar la bolsa?

Dependerá de cada paciente, lo más importante es mantener el disco adhesivo, si existe alguna fuga o se comience a despegar se debe cambiar, si se mantiene bien adherido puede durar 4 a 5 días.

¿La mucosa de estoma puede sangrar?

Si, las mucosas del estoma pueden sangrar porque está muy vascularizada y es fácil que al limpiarla aparezca un poco de sangre.

¿Cuándo debo consultar con mi especialista?

- Si presenta cualquier cambio en la apariencia del estoma
- Si la unión entre la piel y el estoma sangra constantemente.
- Si se ha obstruido el estoma no dando salida a las deposiciones.
- Si a través del estoma sobresale parte de la mucosa del intestino (prolapso).

Recomendaciones de alimentos



Alimentos que pueden provocar gases

- Legumbres
- Guisantes
- Brócoli, col y coliflor
- Pepino
- Espinacas
- Calabaza
- Lácteos
- Champiñones
- Maíz
- Rábanos
- Cerveza y bebidas con gas
- Pan caliente



Alimentos que se pueden digerir de manera incompleta

(tomarlos en poca cantidad o en forma de purés)

- Lechuga
- Apio, pepino
- Espinacas
- Zanahoria
- Guisantes
- Champiñones
- Maíz
- Aceitunas
- Frutos secos
- Piña



Alimentos que dan consistencia a las heces

- Manzana cocida
- Plátano
- Membrillo
- Patata
- Arroz
- Sémola
- Pan
- Zanahoria cocida
- Leche sin lactosa



Alimentos recomendados en caso de estreñimiento

- Verduras (principalmente crudas y las de hoja verde)
- Fruta cruda (principalmente zumos y ciruelas)
- Legumbres