



UNIWERSYTECKIE CENTRUM KLINICZNE
IM. PROF. K. GIBIŃSKIEGO
Śląskiego Uniwersytetu Medycznego
w Katowicach

Program edukacji zdrowotnej dla pacjentów z wyłonią stomią



Cel programu

Celem programu jest wsparcie osób z wylonioną stomią w adaptacji do nowej sytuacji zdrowotnej, zwiększenie ich wiedzy i umiejętności w zakresie codziennej opieki nad stomią, poprawa jakości życia oraz profilaktyka powikłań. Minimalizacja ryzyka powikłań poprawia codzienne funkcjonowanie, a także pozwala na pełniejszy powrót do społeczeństwa i aktywnego życia

Zakres edukacji zdrowotnej

- Anatomia i fizjologia stomii — rodzaje stomii, podstawowe informacje, funkcje
- Codzienna pielęgnacja — techniki opróżniania worka, zmiana sprzętu stomijnego, pielęgnacja skóry wokół stomii, zasady higieny
- Zapobieganie powikłaniom — rozpoznawanie objawów podrażnień, infekcji, przepukliny okołostomijnej, postępowanie w razie komplikacji
- Żywnienie osoby ze stomią — dieta po operacji, produkty zalecane i przeciwwskazane, nawodnienie, suplementacja
- Aspekty psychologiczne — akceptacja nowej sytuacji, wsparcie emocjonalne, radzenie sobie ze stresem i obniżonym nastrojem, grupy wsparcia
- Aktywność fizyczna i życie codzienne — powrót do aktywności, podróże, praca, relacje społeczne, aktywność seksualna
- Prawa pacjenta — uzyskiwanie świadczeń, refundacja sprzętu stomijnego, kontakty ze stowarzyszeniami pacjentów

Metody realizacji programu

- Indywidualne konsultacje z pielęgniarką stomijną
- omówienie sprzętu stomijnego i ćwiczenia praktyczne
- Materiały edukacyjne (wyprawki ,brozury, poradniki instruktażowe)
- Spotkania z pacjentami i ich rodzinami

Edukator

- Pielęgniarka/położna Oddziału

Stomia jelitowa

czyli tzw. sztuczny odbyt jest celowym, chirurgicznym połączeniem światła narządu jamistego i powierzchni skóry bądź błony śluzowej.

W zależności od lokalizacji wyróżniamy trzy rodzaje stomii:

KOLOSTOMIA przetoka na jelicie grubym

ILEOSTOMIA przetoka w jelicie cienkim

UROSTOMIA przetoka moczowa

Bez względu na typ przetoki zasady pielęgnacji są takie same

CECHY PRAWIDŁOWEJ STOMII

- kształt zbliżony do okrągłego
- śluzówka stomii jest czerwona, wilgotna
- wysokość stomii 1-3 cm.

PIELĘGNACJA STOMII

Najważniejszym czynnikiem podczas pielęgnacji wyłoniętej stomii to odpowiedni dobór sprzętu do rodzaju stomii oraz pielęgnacja skóry. Planowana wymiana worka stomijnego powinna odbywać się codziennie lub w zależności od potrzeb. Przy zwiększonym ryzyku podciekania treści jelitowej worki należy bezwzględnie zmieniać tak często jak to jest konieczne. Ponadto przy podejrzeniu nieszczelności należy dokonać natychmiastowej wymiany. Ze względu na drażniącą treść wypływającą z jelita cienkiego (ileostomia) częstotliwość wymiany worka stomijnego ma ogromne znaczenie w utrzymaniu prawidłowego stanu skóry wokół stomii.

Do pielęgnacji skóry oraz stomii zaleca się stosować;

ciepłą wodę, łagodne mydło o pH 5,5, piankę przeznaczoną do pielęgnacji stomii.

Jeśli na skórze pozostały resztki kleju z worka, należy je usunąć środkami przeznaczonymi do tego celu. Skórę wokół stomii należy dokładnie osuszyć stosując do tego celu ręcznik papierowy, gaziki lub płatki kosmetyczne.

PRZED ZMIANĄ WORKA NALEŻY PRZYGOTOWAĆ NIEZBĘDNE AKCESORIA:

- worek stomijny,
- gaziki do mycia skóry wokół stomii,
- papierowe ręczniki do osuszania
- pastę uszczelniająco -gojącą (ważne przy ileostomii, aby płynna treść jelitowa nie uszkodziła skóry),
- pierścień uszczelniający,
- kosmetyki do pielęgnacji stomii zalecane przez firmy stomijne,
- miarka,
- nożyczki,
- lusterko,
- worek na odpady.

Powyższe produkty są nieocenione zwłaszcza wówczas, gdy zaczynają się problemy związane z nieszczelnością sprzętu, zmniejszonym przyleganiem sprzętu do ciała, podciekaniem treści jelitowej pod przylepiec lub płytkę, czy też zapalenie skóry wokół stomii.

ZMIANA SPRZĘTU STOMIJNEGO

- Umyć ręce
- Odkleić zużyty worek powoli „**od góry do dołu**” lekko dociskając skórę przy jednoczesnym jego odciąganiu (przy ileostomii najpierw opróżnimy zawartość worka z treści jelitowej), nie należy zrywać lub zdzierać płytki zbyt szybkim ruchem, ponieważ może to prowadzić do podrażnienia skóry.
- Zmyć skórę wokół stomii oraz samą stomię (śluzówkę jelita) ciepłą wodą z użyciem delikatnego mydła lub zmywaczy produkowanych przez firmy stomijne. W czasie oczyszczania śluzówki może pojawić się śladowa ilość krwi- jest zjawiskiem normalnym, gdyż błona śluzowa jelita jest mocno ukrwiona.
- Osuszyć skórę ręcznikiem, gazikiem itp.
- Umyć ręce
- Wyciąć w worku otwór odpowiadający wielkości i kształtowi stomii. Właściwe dopasowanie rozmiaru i kształtu otworu w płytce lub worku powinno być nieco większe od samej przetoki, a brzegiem stomii pozostawiamy **2-3 mm** margines nie osłoniętej skóry.
- W ciągu 6-8 tygodni po operacji wielkość stomii będzie się stopniowo zmniejszać, w związku z czym konieczne jest, aby w tym czasie mierzyć średnicę stomii przy każdej zmianie worka lub płytki (zbyt mały otwór będzie uwierał w błonę śluzową jelita powodując krwawienie i mechaniczne podrażnienie. Natomiast zbyt duży otwór powodowałby drażnienie nie osłoniętej skóry przez treść jelitową lub mocz).
- Założyć worek „**od dołu ku górze**”.
- Wywrzucić zużyte worki i płytki w zamkniętym worku na śmieci do kosza.

- Umyć ręce

Wymiana sprzętu stomijnego powinna odbywać się w zależności od indywidualnych potrzeb pacjenta. Jeżeli worek/płytką przylegają prawidłowo do skóry np. Nie uległy odklejeniu lub podciekaniu treści jelitowej lub moczu wówczas możemy wymienić

- sprzęt jednoczęściowy co 1-3 dni
- zestaw dwuczęściowy- płytka + worek (płytką co 5-7 dni, worek codziennie lub co drugi dzień)

PRAWIDŁOWO PRZYKLEJONY JEDNOCZĘŚCIOWY WOREK STOMIJNY POWINIEN ZAPEWNIĆ:

- całkowitą szczelność dla treści jelitowej i moczu,
- pełną izolację wydalanej treści od rany pooperacyjnej,
- skuteczną ochronę skóry wokół stomii,
- poczucie komfortu i bezpieczeństwa.

DOBÓR WORKA W ZALEŻNOŚCI OD RODZAJU WYŁONIONEJ STOMII

Wszystkie worki występują w wersjach:

- **z płaskim przylepcem**- do zaopatrzenia stomii prawidłowej, ze śluzówką wystającą ponad powierzchnię skóry brzucha,
- **z wypukłym przylepcem**- do zaopatrzenia stomii płaskiej i wklęsłej, ze śluzówką znajdującą się na równi lub poniżej poziomu skóry brzucha albo stomii zlokalizowanej w fałdzie brzuszny,
- **przylepcem wyprofilowanym**- do zaopatrzenia stomii w obszarze wypukłym.
- **Worki zamknięte**- szczególnie zalecane pacjentom z kolostomią. Wyposażone w filtr, zapewniający odprowadzenie gazów z worka z jednoczesną neutralizacją nieprzyjemnych zapachów. Worki zamknięte stosują osoby o uregulowanym rytmie wypróżnień, z prawidłowo funkcjonującą stomią, samodzielne w zakresie jej pielęgnacji i zaopatrzenia. Najczęściej kolostomia wydziela stolec uformowany i objętościowo jest go mniej. Worek zamknięty po wypełnieniu objętości $\frac{3}{4}$ należy wymienić na nowy. Przy prawidłowym sposobie odżywiania częstotliwość wymiany to raz do dwóch razy na dobę.
- **Worki otwarte**- wyposażone są w filtr odprowadzający gazy z równoczesnym neutralizowaniem nieprzyjemnych zapachów. W dolnej części worka znajduje się odpływ umożliwiający jego opróżnienie z treści jelitowej. Worki otwarte zapinane są na rzep lub plastikową zapinkę.

U pacjenta z ileostomią treść jelitowa wypływająca do worka jest płynna lub półpłynna, a jej objętość jest znacznie większa. Opróżnienie worka następuje po otwarciu rzepa lub zapinki.

Worek należy opróżniać często, aby nie doszło do przepełnienia oraz zawsze przed jego wymianą i usunięciem. Po opróżnieniu worka odpływ należy dokładnie umyć i osuszyć, aby nie zabrudzić materiału worka i nie doprowadzić do pojawienia się nieprzyjemnego zapachu.

- **Worek urostomijny**- przeznaczone dla zaopatrzenia urostomii typu przetoka moczowodowo-skórna oraz przetoka moczowodowo-jelitowo-skórna. Stosowane są worki urostomijne z odpływem w postaci zaworu/kranika. Worek ma wbudowaną zastawkę antyzwrotną, co uniemożliwia cofanie się moczu w okolice stomii. Zapobiega to podciekaniu moczu, zwłaszcza w pozycji leżącej pacjenta. Przed założeniem sprzętu warto opróżnić drogi moczowe z moczu, poprzez wykonanie paru podskoków lub wywołanie odruchu kaszlowego. Podczas wymiany każdorazowo oceniamy funkcjonowanie stomii, ilość wydzielanego moczu, jego barwę, kondycję skóry wokół stomii i samą stomię pod kątem ewentualnych powikłań. Niewielkie ilości pojedynczych krwinek czerwonych i śluzu, zmieszanych z moczem, są naturalnym zjawiskiem. Jednoczęściowy system do wymiany worków urostomijnych wymaga codziennej wymiany lub co drugi dzień.

Różnorodność jednoczęściowego sprzętu stomijnego daje pacjentom możliwość wyboru konkretnego rodzaju sprzętu oraz miejsca realizacji zlecenia na wyroby stomijne. Obecnie na polskim rynku dostępny jest- refundowany na NFZ- sprzęt firm: B.Braun, Coloplast, Convatec, Dansac, Salts, Welland Medical oraz Cortmed.

Sprzęt do zaopatrzenia stomii, czyli worki stomijne w systemie jednoczęściowym, worki urostomijne, zestaw do irygacji (kolostomia) są w 100% refundowane na nowych zasadach określonych w Rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 27 października 2022 roku, zmieniając rozporządzenie w sprawie wykazu wyrobów medycznych wydawanych na zlecenie (Dz. U. 2022 poz. 2319).

W zakres częściowej refundacji wchodzi również niezbędne akcesoria do pielęgnacji i szczelnego zaopatrzenia stomii, takie jak: pasty, pudry, półpierścienie, pierścienie o właściwościach uszczelniających, produkty do usuwania sprzętu stomijnego lub do ochrony skóry wokół stomii, a także środki zagęszczające luźną treść jelitową. Akcesoria te dostępne są na zlecenie do limitu 120 złotych miesięcznie z 20% dopłatą pacjenta. Każdy nowo operowany pacjent na pierwszy wniosek otrzymuje podwójny limit zarówno na sprzęt stomijny jak również na środki do pielęgnacji stomii.

Przed wyjściem ze szpitala chory zostaje zaopatrzony w wyprawki przygotowane przez firmy stomijne, a także za zgodą pacjenta jego dane są przekazywane do wybranych przedstawicieli. Dzięki temu w ciągu pierwszych dni po wypisie u chorego pojawi się pielęgniarz stomijny danej firmy, która pomoże dobrać jak najlepszy rodzaj worka stomijnego, a także zaprezentuje dostępne na rynku specjalistyczne kosmetyki.

Choremu przysługują dwie darmowe wizyty każdej firmy stomijnej ,które są finansowane przez NFZ

Firmy stomijne infolinie;

Coloplast tel 800 300 300

ConvaTec tel 800 120 093

Istnieją liczne infolinie ,oraz fora internetowe, które służą pomocą w przypadku jakichkolwiek problemów

Fundacja STOMAlife; www.stomalife.pl

Wysokość refundacji – sprzęt stomijny (kod W.01) 2025r.

NFZ refunduje **100% kosztów sprzętu stomijnego do ustalonego limitu**, który wynosi:

- **Kolostomia, ileostomia, inne przetoki – 450 zł,**
- **Urostomia – 530 zł,**

Nowo wyłonione stomie PIERWSZE ZLECENIE (np. po operacji):

- **Kolostomia, ileostomia, inne przetoki – 900 zł,**
- **Urostomia – 1060 zł.**