



**PROGRAMA DE
ASSISTÊNCIA A
PESSOA ESTOMIZADA**



**Vamos falar
sobre
cuidados com
o estoma**

*Orientações para dúvidas
frequentes*

O que significa estoma?



É a exteriorização do intestino através do abdome, com objetivo de **preservar a vida**, quando não é possível utilizar o ânus ou a bexiga para fazer as eliminações.

- **Colostomia** - exteriorização do cólon, (fezes pastosas ou semi formadas);
- **Ileostomia** - exteriorização do íleo (fezes líquidas);
- **Urostomia** - Exteriorização de uma parte do intestino, onde são inseridos os ureteres.



Troca da bolsa



1. CUIDADOS COM A PELE

- O estoma sempre deve estar na cor vermelho vivo, brilhante e úmido. Além disso, é importante observar a presença de muco, tamanho e forma;
- Utilize somente água morna e sabonete neutro para limpar a pele;
- Não deixe a pele molhada, pois isso pode causar irritação na pele. Se utilizar bolsas com bordas de adesivo Tecido Não Tecido (TNT), seque-as com auxílio de papel ou secador de cabelo frio, sempre que estiverem úmidas, inclusive pelo suor;
- A limpeza do estoma e da pele devem ser feitas de forma delicada;
- Deixe o adesivo da bolsa bem aderido à pele, para evitar vazamentos. Quando for retirar a bolsa, remova a placa adesiva delicadamente;
- Cuide com insetos que podem pousar no estoma, principalmente moscas.
ATENÇÃO! Não deixe a pele molhada, pois isso pode causar dermatite. Se utilizar bolsa com bordas de TNT, seque-as com secador de cabelo frio.

DICAS:

Realizar a troca da bolsa em frente a um espelho facilita o posicionamento da bolsa;

Se for dirigir utilize um travesseiro pequeno sob o cinto de segurança para não machucar o estoma;

O uso da bolsa coletora não impede a prática sexual;

2. CUIDADOS COM A BOLSA

- A bolsa deve ser esvaziada sempre que atingir 1/3 de sua capacidade;
- A troca da bolsa em caso de colostomia deve ocorrer a cada 3 dias, em casos de ileostomia a cada 2 dias, urostomia a cada 2 dias ou sempre que saturada;
- Para melhor aderência da placa da bolsa: remova os pelos sempre que necessário e utilize preferencialmente papel toalha ou higiênico para absorver a umidade da pele;
- O recorte da bolsa deve ser adequado ao tamanho e formato do estoma. Utilize a régua para mensurar que vem dentro da caixa de bolsas. O recorte maior que o tamanho do estoma pode deixar a pele ao redor do estoma exposta, o que causará lesões na região;
- Em bolsas convexas é possível utilizar cinto para melhorar a segurança. Se esse for seu caso, encaixe o cinto nas alças existentes na bolsa. Isso auxilia na convexidade e melhora a fixação da bolsa;
- Não utilize outras pomadas ou cremes na região, somente o seu kit de cuidados;
- Lave bem as mãos antes de manusear o adesivo da placa.

Com exceção de esportes de contato, extremamente pesados ou de levantamento de grandes pesos, você poderá desfrutar do mesmo tipo de atividade que desfrutava antes da cirurgia. Consulte um profissional da saúde.

3. TROCA DA BOLSA

1. Prepare o material necessário para realizar a troca da bolsa;
2. Lave bem as mãos antes de começar;
3. Retire a Bolsa Coletora delicadamente;
4. Limpe o estoma e pele ao redor e seque bem a área;
5. Meça o estoma e recorte a placa no tamanho adequado;
6. Retire a película que protege a resina e posicione a placa/bolsa;
7. Não esqueça de fechar a bolsa no fim do processo.

INTERCORRÊNCIAS

- Não erga peso! Isso pode levar ao desenvolvimento de hérnia periestomal, causando abaulamento do abdome, desconforto e dificultando a fixação das bolsas;
- Ao levantar-se da cama, lateralize o corpo, sustente o peso do corpo com os braços e faça impulso com os mesmos;
- Em caso de dor, cólicas fortes e persistentes, sangramento excessivo do estoma ou na junção entre a pele e o estoma, irritação crônica da pele, odor incomum que persiste por mais de uma semana, mudança no tamanho e aparência do estoma, obstrução do estoma ou excreção aquosa por várias horas, procure atendimento.

Direitos da pessoa estomizada

São consideradas portadoras de deficiência física, conforme o Decreto nº 3.298/1999, são amparadas pela lei que garante os direitos às pessoas com deficiência. No âmbito social, o paciente estomizado tem alguns direitos, sendo eles:

- Passe livre no transporte coletivo;
- Saque do PIS e FGTS;
- Auxílio doença ou aposentadoria por invalidez;
- Quitação da casa própria, entre outros direitos.

Além disso, a Portaria SAS/MS nº 400/2009, estabelece diretrizes nacionais para a atenção à saúde das pessoas estomizadas no âmbito do SUS. Você pode consultar o site da Associação Brasileira de Ostomizados (www.abraso.org.br) para ler a Declaração dos Direitos dos Estomizados e outras informações.

Em Joinville existe a AJOS, Associação dos Ostomizados de Joinville, grupo de ajuda no Núcleo de Atendimento. Informe-se sobre ele e participe, a troca de experiência com outros estomizados vai lhe ajudar muito.



Prefeitura de
Joinville

SAÚDE