

Yeni bir başlangıç

Türkçe

Stoma hakkında en önemli sorular

Stoma nedir?

Stoma kelimesi, **sunî barsak çıkışı** veya **sunî idrar çıkışı** anlamına gelir. Sindirim organlarının veya idrar organlarının bir kısmı hastalık veya kaza neticesinde ameliyatla çıkarılacaksa veya bu organların işlevini hafifletmek gerekirse, Stoma koyulur. Stoma hususuna alışabilmek, hastaların çoğu için korkuya ve bir dizi sorulara yolaçar. Bu sorulardan bazılarını burada

cevaplayacağız. Çünkü Coloplast özellikle şu amacı gütmektedir: Hastaların **yaşam kalitesini** artırmak. Stoma kullanıcılarına, onları bilgilendirerek, onlara danışmanlık yaparak ve modern **bakım ürünleri** sunarak, önemli bir kısıtlama olmaksızın aktif bir yaşam sürdürebilmeleri için ihtiyaç duydukları emniyeti ve esnekliği sunmak istiyoruz.

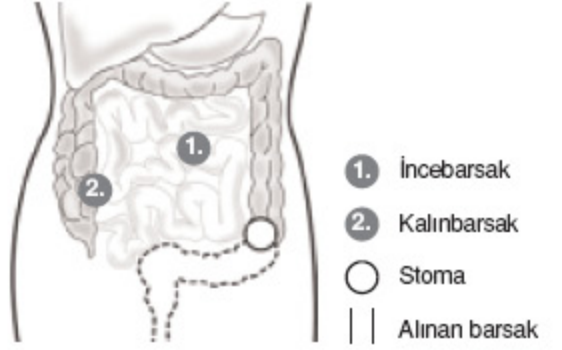
Stoma nasıl takılır?

Sunî bir barsak çıkışı yapılması, ancak bir **operasyonla** mümkündür. Bu amaçla hasta hastaneye yatar ve bir operatör tarafından gerekli ameliyat hastanede yapılır. Üç değişik türde Stoma yapılır: **Kolostomi** (kalın barsak çıkışı), **İleostomi** (ince barsak çıkışı) ve

Urostomi (idrar çıkışı). Kolostoma ve ileostoma tekli veya çiftli Stoma şeklinde yapılabilir. Her Stoma kalıcı bir çözüm olarak düşünülmemektedir. Süreli Stoma, çoğu hallerde tekrar yerine geri konulabilir.

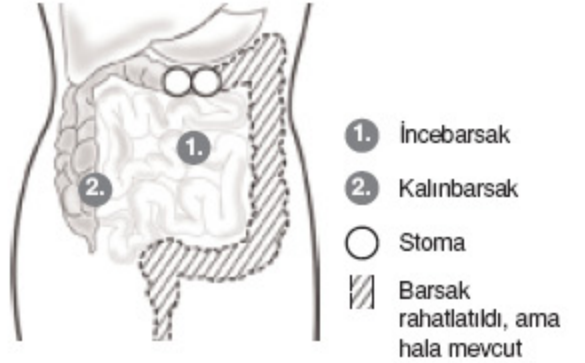
Kolostomi

- Kolostomi **kalınbarsağın dışarıya çıkışıdır**.
- Çoğu hallerde makatın, kapama kaslarının ve kalın barsağın bir kısmının ameliyatla alınmasından sonra uygulanır.
- **Dışkılar** ameliyattan önceki duruma benzer bir durumdadır, yani **sert ve şekillidir**.



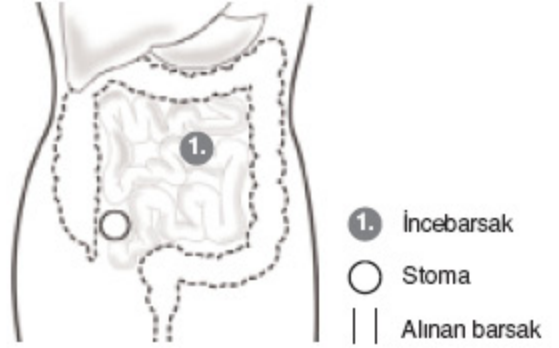
İkili kolostomi

- İkili kolostomi sadece süreli olarak uygulanır.
- Kalın barsağın bir kıvrımı, karın derisinin önüne çekilir ve açılır. Bu şekilde, Stomaya doğru giden bir parça meydana gelir ve dışkının büyük bir kısmının Stoma torbasına boşalabileceği bir çıkış oluşur. Barsağın Stomadan uzaklaşan kısmı yardımıyla az miktarda sümüksel sıvı da makattan dışarı akmaya devam eder.
- Yerleştirilen bu tesisat, barsağın ameliyatla alınmayan arka kısmının görevinde **rahatlatılması** ve **sakinleştirilmesi** amacına hizmet eder.
- Stoma üzerinden boşalan dışkı, püre gibidir, makattan akan atıklar ise, akıcı sıvı ve sümüksel bir bir karışımdan oluşur.



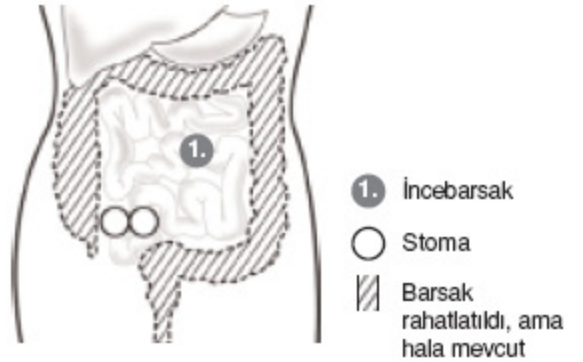
İleostomi

- İleostomi **incebarsağın dışarıya çıkışıdır.**
- Çoğu hallerde kalınbarsağın tümünün ve kapama kaslarının yani muassırının ameliyatla tamamen alınması sonrası takılır.
- Dışkı **püre gibi ve cıvıktır.**



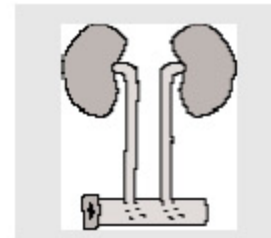
İkili ileostomi

- İnce barsağın, Stomaya doğru giden kısmında ve Stomadan uzaklaşan kısmında, kalınbarsağı rahatlatmak amacıyla, birer çıkış oluşturulur.
- Dışkı genellikle püre gibi ve cıvıktır.

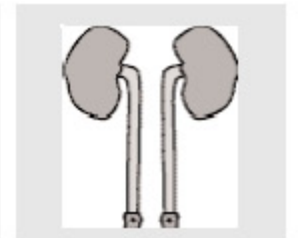


Urostomi

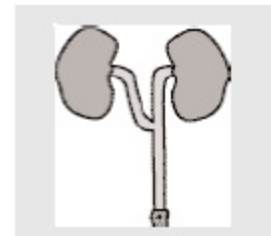
- Stoma vasıtasıyla **idrar boşaltımı** urostomi diye adlandırılır.
- Hastalık durumuna bağlı olarak çeşitli urostamattlar takılır:
 - İleum- Konduit: Bir parça ince barsak kesilir ve tek taraflı kapatılır. İdrar boruları bu barsak parçasına bağlanır. İkinci taraf Stoma olarak karın derisinden dışarıya yöneltilir.
 - Üretero kutaneostomi: Her iki idrar borusu karın derisinden geçirilir, dışarıya yönlendirilir.
 - Transüretero üretero kutaneostomi : Her iki idrar borusu birbirine bağlanır ve tek taraflı olarak karın derisinden geçirilir, dışarıya yönlendirilir.
 - Mainz-Pouch: Kalınbarsağın veya incebarsağın parçalarından bir yedek idrar torbası oluşturulur. Göbek deliğinden girilmek suretiyle bu torbanın aralıklı kateterlenmesi gerekir.
- Bakım bir Stoma torbası vasıtasıyla olur.



İleum-Konduit



Üretero kutaneostomi



Transüretero üretero kutaneostomi (Y şeklinde boşaltım)



Mainz-Pouch

Stoma bakımı nasıl ve nelerden oluşur?

Stoma bakımı genelde **deri koruyucu bir torbadan ve entegreli filtreden** oluşur. **Tek parçalı** ve **iki parçalı** bakım türü mevcuttur. Tek parçalı Coloplast bakımında, spiral gibi şekillendirilmiş Assura Deri Koruyucu, Stoma torbasıyla sıkıca bağlantılıdır. Bu torba vücudun şekline uyar ve bu sayede esneklik ve hareketliliği mümkün kılar. Bakımlık torbası değiştirilmesi esnasında torba tamamen uzaklaştırılır ve Stoma temizlendikten sonra yeni bir torba takılır. Derinin aşırı yıpranmasını önlemek için, tek parçalı bakımlık, günde en fazla üç defa değiştirilmelidir.

İki parçalı Coloplast bakımı Assura Deri Koruyuculu bir **Temel plakadan** ve **değişimlik torbalardan** oluşur. Bu bakım türü, cilt açısından pek uygundur, çünkü temel plakanın ancak birkaç günde bir değiştirilmesi gerekir. Boşaltılacak hacime bağlı olarak torbalar günde birkaç defa değiştirilebilir. Temel plaka kolayca temizlenir ve Stoma üzerindeki yerinde kalır. Bu sayede cilt pek daha az yıpranır.

Hangi bakım türünün sizin için uygun olduğunu, Stoma terapisyeninizle konuşup karara bağlamanız, en faydalı yol olacaktır.

Az hışırtı yapan **torba folyesine** sahip olması ve cilde iyi gelen **yumuşak tüylü** kaplı olması, Coloplast torbalarının iyi taraflarından bazılarıdır. Assura **Aktif Karbon Filtresi** koku oluşumunu azaltır. Özel ve çok tabakalı şekilde imal edildiklerinden, filtreyi neme karşı korur, uzun ömürlü ve yüksek derecede etkili olmasını sağlar.



Kolostomi ...

... bakımı **bir veya iki parçalı sistemle** yapılabilir. **Kapalı torbalar** kullanılır. Tek parçalı bakımda torbalar ihtiyaca göre günde birkaç defa, en azından 24 saate bir değiştirilmelidir. İki parçalı bakımın **temel plakası**, birkaç gün boyunca deri üzerinde kalabilir.



İleostomi ...

... bakımı **bir veya iki parçalı sistemle** yapılabilir. **Sürtmelik açık torbalar** kullanılır, çünkü ileostomide sıkça oluşan sıvılar bu şekilde **kapağından tuvalete** akıtılarak boşaltılır. Tek parçalı bakım ve iki parçalı bakımın torbası günde en az birer defa değiştirilmelidir.



Urostomi ...

... bakımı **bir veya iki parçalı sistemle** yapılabilir. Torbalar günde birkaç defa idrar dökülmesini mümkün kılan **kapaklara** sahiptir. Tek parçalı bakım torbası ve iki parçalı bakımın torbası günde en az birer defa değiştirilmelidir. Geceleyin bakım, Coloplast gece torbasına takılabilir. Mainz-Pouch türü kateterlenebilen **barsaktan yedek idrar torbası** halinde idrarın boşaltılması zaman aralıklarıyla ve **tek kullanımlık kateter** vasıtasıyla yapılır.

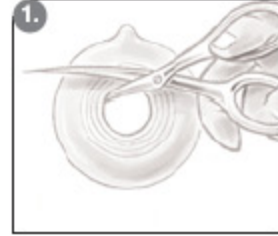


Stoma bakımı nasıl yapılır?

Stoma bakımında çok iyi yerleşen bir deri koruyucu bilhassa önemlidir. Bir şablon kullanarak, koruyucu deri halkasında gerekli delik genişliğini Stoma için bulabilirsiniz. Her Stoma başka olduğundan, her bakımın da tam uyması gerekir.

Her bakım değiştiğinde **Stoma temizliği** yapılmalıdır. Bu temizliği ayakta veya oturarak lavabo önünde en uygun şekilde yapılabilir.

1. Bakım değiştiği yapmadan önce, gereken tüm malzemeleri hazırlamak uygundur: yeni bakım, makas, tampon, ph-nötr sabun, eski bakımlık için çöp kutusu, muhtemelen flaster çözücü ve traş makinesi, gerekirse kalıp macunu ve model şeridi. Yeni bakımlığın deri koruyucusunu özenle tam uygun kesiniz.
2. Eski bakımlığı çıkarınız. Bunun için önce deri koruyucunun üst kenarını ciltten sökünüz. Diğer elinizle cilde aksi istikamette biraz bastırınız.
3. İleostoma veya kolostomayı ve etrafındaki deriyi nemli tamponla ve yumuşak bir sabunla temizleyiniz. Temizlik dışardan içeriye Stoma yönünde yapılır. (Urostomide içerden dışarıya doğru!) Gerekirse Stoma etrafındaki kılları traş ediniz.
4. Sonra Stoma ve etrafındaki cildinizi iyice kurulayınız, bunu kuru tamponla en uygun şekilde yapmak mümkündür. Stoma etrafındaki cilt kırıksıklıklarını ve yara izlerini, kalıp macunu veya model şeridiyle doldurup düzeltebilirsiniz. Bu suretle bakımlığın tam yerine yerleşmesini sağlamak ve sızıntı yapmasını önlemek mümkündür. Sonra yeni bakımlığı koyup bütün elinizle bastırarak yerleştiriniz. Çıkarılan bakımlığı bir çöp torbasına koyup atınız.



Bir Stoma ile yaşam nasıl değişir?

Beslenme ve vücut temizliği

Stoma kullananlar için genelde özel beslenme sınırlamaları yoktur. Ama dengeli beslenmeye özen gösteriniz. Bu suretle sindirim problemlerine ve iltihap risklerine karşı önlem alırsınız. Sadece ileostoma kullananlar, narenciye, kuşkonmaz, mantar, ananas, ceviz, fındık, sert meyve kabukları veya meyve çekirdekleri gibi gıdalar almaktan kaçınmalıdır; aksi takdirde kabızlık tehlikesi vardır. Ayrıca bolca da içmelidirler.

Stoma torbası ile veya torba olmaksızın duş yapmak mümkündür. Ama fonksiyonunu yerine getirmeye devam etmesi için, duş yaparken takılı Stoma torbasının yapıştırılması gerekir.

Koku oluşturan gıdalar

Yumurta
Et, balık
Kuşkonmaz
Mantar
Soğan, sarımsak
Peynir

Koku bastıran gıdalar

Ispanak
Yeşil salata
Maydanoz
Kırmızı yaban mersini
Kırmızı yaban mersini suyu
Yoğurt

Kabızlık yapan gıdalar

Muz
Kuru meyve
Kakaolu ürünler
Siyah çay
Haşanmış havuç
Pirinç
Tuzsuz beyaz peynir
Beyaz ekmek

Gaz yapan gıdalar

KLahana türleri
Baklagiller
Pırasa, soğan
Taze ekmek
Karbonik asitli içecekler
(örneğin bira)

Aktivite

Modern Stoma bakımı, hemen hemen her türlü hareket serbestisine sahip olma hürriyetini sağlayabilir, gerek özel yaşamda gerekse iş hayatında. Seyahat etmek ve spor yapmak (profesyonel spor hariç) da sorun değildir. Partnerinize Stoma hususunu bir tabu yapmamalısınız. Operasyon sonrası olacak değişiklikler hakkında

birbirinizle konuşunuz. Cinsellik konusunda da konuşunuz. Açık sözlülük, bu konuda problemleri çözmeye ve emniyet kazanmaya yardımcıdır. Stoma tapalan, mini torba ve Stoma kapakları benzeri gizlenen ürünler, size özel anlarınızda kendinizi emin ve rahat hissetmenize imkan sağlar.



Coloplast

Norwegen

NORILCO
Postboks 53 27 Majorstua
N- 0304 Oslo
Telefon: +47/22 59 30 00
Telefax: +47/22 85 36 96

Schweden

ILCO Sweden Ostomy Association
Box 81 35
S-700 08 Örebro
Telefon: +46/19 17 00 50
Telefax: +46/19 17 00 52

Österreich

Österreichische ILCO
Quergasse 1
A-4600 Wels
Telefon: +43/724 22 95 85
Telefax: +43/724 22 35 17 50

Österreichische ILCO

Ileostomie-, Colostomie-,
Urostomie-Vereinigung
c/o Medizinisches Selbsthilfzentrum
Obere Augartenstraße 26-28
1020 Wien
Telefon/Telefax: +43/013 32 38 63

Rumänien

Romanian Ostomy Association
c/o Dr. Cezar E. Pop
Str. Plo Pilor Nr. 18 Ct 3, ap7
RO-3400 Cluj-Napoca
Telefon: +40/64 16 17 12
Telefax: +40/64 19 30 38

Slowakische Republik

SLOVILCO
Hurbanova 23
SK-03601 Martin
Telefon: +421/84 23 65 19

Polen

POL-ILCO
Zarząd Główny, ul. Przbyszewskiego 49
60-355 Poznań
Telefon: +48/618 21 93 01
Telefax: +48/613 03 12 6

Slowenien

Slovenian ILCO
Trubarjeva 15
SI-2000 Maribor
Telefon: +386/62 22 52 23
Telefax: +386/62 22 50 61

Portugal

Associação Portuguesa de Ostomizados
Av. João Paulo II
Zona J. de Chelas, Lote 5-52, 2.B
P-1900 Lisboa
Telefon/Telefax: +351/18 59 60 54

Liga de Ostomizados de Portugal

Estrada da Circunvalação, 8881
P-4202-301 Porto
Telefon: +35/228 30 05 25

Spanien

Asociación Española de Ostomizados
c/o Gral. Martínez Campos 42
Dpto. 4, E-28010 Madrid
Telefon: +34/13 08 41 86

Tschechische Republik

ČESKÉ ILCO
Smidkova 5a
CZ-61600 Brno
Telefon/Telefax: +42/05 43 24 85 17

Schweiz

ILCO Schweiz
Im Neuacker 2
CH-5454 Bellikon
Telefon: +41/564 96 46 72

Ukraine

ILCO-UKRAINE
c/o Dr. Vasyli O. Shelman
Kiev Health Care Dpt.
17 Shevchenko Av.
Kiev 252030
Telefon: +380/442 25 40 56
Telefax: +380/442 24 16 09

Ungarn

Magyar ILCO
Szente Imre u. 14
H-7401 Kaposvár
Telefon/Telefax: +36/82 42 79 71

Weißrussland

Belarus Stoma Assoc.
Koltsava 20-46
220131 Minsk, Republik Belarus
Telefon: +375/172 61 55 30
Telefax: +375/172 64 94 84

SONSTIGE ADRESSEN**Deutschland**

Blaue Eule e.V.
Inkontinenz-Selbsthilfegruppe
Wienbuschstraße 67
45149 Essen
Telefon: 0201/71 25 83 (abends)

DCCV e.V. (Deutsche morbus crohn/
colitis ulcerosa-Vereinigung)
Paracelsustr. 15
51375 Leverkusen
Telefon: 0214/876 08 0
Telefax: 0214/876 08 88
E-Mail: info@dccv.de
Internet: www.dccv.de

Deutsche Krebshilfe e.V.
Informationsdienst
Thomas-Mann-Str. 40
53111 Bonn
Telefon: 0228/72 99 00
Telefax: 0228/72 99 90 11
E-Mail: deutsche@krebshilfe.de
Internet: www.krebshilfe.de

Deutsche Krebsgesellschaft e.V.
Hanauer Landstr. 194
60314 Frankfurt
Telefon: 069/63 00 96 0
Telefax: 069/93 00 96 66
E-Mail: service@deutsche.krebsgesellschaft.de
Internet: www.deutsche.krebsgesellschaft.de

DVET, Fachverband Stoma + Inkontinenz e.V.
Geschäftsstelle: Virchowstr. 14
38642 Goslar
Telefon: 05321/51 08 0
Telefax: 05321/38 95 14
E-Mail: dvet@gmx.de
Internet: www.dvet.de

GIH, Gesellschaft für Inkontinenzhilfe e.V.
Geschäftsstelle, Friedrich-Ebert-Str. 124
34119 Kassel
Telefon: 0561/78 06 04
Telefax: 0561/77 67 70
E-Mail: info@gih.de
Internet: www.gih.de

HFI – Hilfe für inkontinente Personen e.V.
Postfach 11 13 22
40513 Düsseldorf
Telefon: 0211/59 21 27
Telefax: 0211/77 67 70
E-Mail: info@hfi-initiative.de
Internet: www.hfi-initiative.de

WCET Sektion Deutschland
Finkenstraße 42
48147 Münster
Telefon: 0251/29 67 51
Internet: www.wcet.de

Coloplast Beratungsservice für Deutschland

2 6 5 6 7 5 2 7 8
01 80 - COLOPLAST
Beratungs-Service für
Deutschland, 0,05 Euro pro Anruf

Schweiz

Ärztliche Beratung
Herr Dr. H. P. Klotz, Oberarzt
Visceralchirurgie
Rämistrasse 100
8091 Zürich
Telefon: 01/255 23 00

Österreich

ÖVET
Verband der österreichischen
Stomatherapeuten
Univ. Klinik Innsbruck
St. Elisabeth Stoll
Anichstraße 35
6020 Innsbruck
Allgem. Chir. Ambulanz/Stomatherapie
Telefon: 0512/504 24 95
Telefax: 0512/504 28 72

Medizinische Gesellschaft für
Inkontinenzhilfe Österreich
Geschäfts- und Beratungsstelle Innsbruck
Speckbacherstraße 1
6020 Innsbruck
Telefon: 0512/58 37 03
Telefax: 0512/58 94 76
E-Mail: inkontinenz.gihoe@telering.at
Internet: www.inkontinenz.at

Coloplast Beratungsservice für Österreich

08 10 - 20 01 99
Beratungs-Service für
Österreich, zum Ortstarif



Coloplast

Norwegen

NORILCO
Postboks 53 27 Majorstua
N- 0304 Oslo
Telefon: +47/22 59 30 00
Telefax: +47/22 85 36 96

Schweden

ILCO Sweden Ostomy Association
Box 81 35
S-700 08 Örebro
Telefon: +46/19 17 00 50
Telefax: +46/19 17 00 52

Österreich

Österreichische ILCO
Quergasse 1
A-4600 Wels
Telefon: +43/724 22 95 85
Telefax: +43/724 22 35 17 50

Österreichische ILCO

Ileostomie-, Colostomie-,
Urostomie-Vereinigung
c/o Medizinisches Selbsthilfzentrum
Obere Augartenstraße 26-28
1020 Wien
Telefon/Telefax: +43/013 32 38 63

Rumänien

Romanian Ostomy Association
c/o Dr. Cezar E. Pop
Str. Plo Pilor Nr. 18 Ct 3, ap7
RO-3400 Cluj-Napoca
Telefon: +40/64 16 17 12
Telefax: +40/64 19 30 38

Slowakische Republik

SLOVILCO
Hurbanova 23
SK-03601 Martin
Telefon: +421/84 23 65 19

Polen

POL-ILCO
Zarząd Główny, ul. Przbyszewskiego 49
60-355 Poznań
Telefon: +48/618 21 93 01
Telefax: +48/613 03 12 6

Slowenien

Slovenian ILCO
Trubarjeva 15
SI-2000 Maribor
Telefon: +386/62 22 52 23
Telefax: +386/62 22 50 61

Portugal

Associação Portuguesa de Ostomizados
Av. João Paulo II
Zona J. de Chelas, Lote 5-52, 2.B
P-1900 Lisboa
Telefon/Telefax: +351/18 59 60 54

Liga de Ostomizados de Portugal

Estrada da Circunvalação, 8881
P-4202-301 Porto
Telefon: +35/228 30 05 25

Spanien

Asociación Española de Ostomizados
c/o Gral. Martínez Campos 42
Dpto. 4, E-28010 Madrid
Telefon: +34/13 08 41 86

Tschechische Republik

ČESKÉ ILCO
Smidkova 5a
CZ-61600 Brno
Telefon/Telefax: +42/05 43 24 85 17

Schweiz

ILCO Schweiz
Im Neuacker 2
CH-5454 Bellikon
Telefon: +41/564 96 46 72

Ukraine

ILCO-UKRAINE
c/o Dr. Vasyl O. Shelman
Kiev Health Care Dpt.
17 Shevchenko Av.
Kiev 252030
Telefon: +380/442 25 40 56
Telefax: +380/442 24 16 09

Ungarn

Magyar ILCO
Szente Imre u. 14
H-7401 Kaposvár
Telefon/Telefax: +36/82 42 79 71

Weißrussland

Belarus Stoma Assoc.
Koltsava 20-46
220131 Minsk, Republik Belarus
Telefon: +375/172 61 55 30
Telefax: +375/172 64 94 84

SONSTIGE ADRESSEN**Deutschland**

Blaue Eule e.V.
Inkontinenz-Selbsthilfegruppe
Wienbuschstraße 67
45149 Essen
Telefon: 0201/71 25 83 (abends)

DCCV e.V. (Deutsche morbus crohn/
colitis ulcerosa-Vereinigung)
Paracelsustr. 15
51375 Leverkusen
Telefon: 0214/876 08 0
Telefax: 0214/876 08 88
E-Mail: info@dccv.de
Internet: www.dccv.de

Deutsche Krebshilfe e.V.
Informationsdienst
Thomas-Mann-Str. 40
53111 Bonn
Telefon: 0228/72 99 00
Telefax: 0228/72 99 90 11
E-Mail: deutsche@krebshilfe.de
Internet: www.krebshilfe.de

Deutsche Krebsgesellschaft e.V.
Hanauer Landstr. 194
60314 Frankfurt
Telefon: 069/63 00 96 0
Telefax: 069/93 00 96 66
E-Mail: service@deutsche.krebsgesellschaft.de
Internet: www.deutsche.krebsgesellschaft.de

DVET, Fachverband Stoma + Inkontinenz e.V.
Geschäftsstelle: Virchowstr. 14
38642 Goslar
Telefon: 05321/51 08 0
Telefax: 05321/38 95 14
E-Mail: dvet@gmx.de
Internet: www.dvet.de

GIH, Gesellschaft für Inkontinenzhilfe e.V.
Geschäftsstelle, Friedrich-Ebert-Str. 124
34119 Kassel
Telefon: 0561/78 06 04
Telefax: 0561/77 67 70
E-Mail: info@gih.de
Internet: www.gih.de

HFI – Hilfe für inkontinente Personen e.V.
Postfach 11 13 22
40513 Düsseldorf
Telefon: 0211/59 21 27
Telefax: 0211/77 67 70
E-Mail: info@hfi-initiative.de
Internet: www.hfi-initiative.de

WCET Sektion Deutschland
Finkenstraße 42
48147 Münster
Telefon: 0251/29 67 51
Internet: www.wcet.de

Coloplast Beratungsservice für Deutschland

2 6 5 6 7 5 2 7 8
01 80 - COLOPLAST
Beratungs-Service für
Deutschland, 0,05 Euro pro Anruf

Schweiz

Ärztliche Beratung
Herr Dr. H. P. Klotz, Oberarzt
Visceralchirurgie
Rämistrasse 100
8091 Zürich
Telefon: 01/255 23 00

Österreich

ÖVET
Verband der österreichischen
Stomatherapeuten
Univ. Klinik Innsbruck
St. Elisabeth Stoll
Anichstraße 35
6020 Innsbruck
Allgem. Chir. Ambulanz/Stomatherapie
Telefon: 0512/504 24 95
Telefax: 0512/504 28 72

Medizinische Gesellschaft für
Inkontinenzhilfe Österreich
Geschäfts- und Beratungsstelle Innsbruck
Speckbacherstraße 1
6020 Innsbruck
Telefon: 0512/58 37 03
Telefax: 0512/58 94 76
E-Mail: inkontinenz.gihoe@telering.at
Internet: www.inkontinenz.at

Coloplast Beratungsservice für Österreich

08 10 - 20 01 99
Beratungs-Service für
Österreich, zum Ortstarif



Coloplast