

Najčastejšie kladené otázky v starostlivosti o dieťa so stómiou.



convatec

| me +

Je ťažké sledovať vaše dieťa, ako podstupuje operáciu s vyvedením stómie, hoci už dokázala zachrániť nejedného život. Najťažšie sú pre mnohých rodičov pocity strachu a úzkosti z potrieb dieťaťa po operácii.

Sme tu preto, aby sme vám pomohli. S trochou trpezlivosti a praxe a so štipkou našej podpory

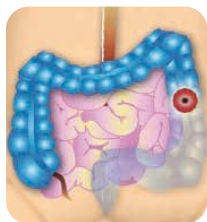
budete čo nevidieť ovládať všetko potrebné o starostlivosti o vaše dieťa. Hoci je každé dieťa individuálne, pomôže vám najst' odpovede na základné otázky týkajúce sa starostlivosti dieťaťa so stómiou. Takisto vám odporúčame obrátiť sa na vášho ošetrojúceho pediatra alebo zdravotníckeho pracovníka.

Najčastejšie kladené otázky:

Môžem po operácii držať alebo objať svoje dieťa?

Ak detský lekár neurčí inak pre špecifické zdravotné problémy, nemáte sa čoho obávať! Vaše dieťa môžete držať, objímať a dokonca sa môže hrať s kamarátmi a rodinou ako pred operáciou. Jediným obmedzením môžu byť kontaktné športy, napríklad futbal, box alebo ragby. Nárazy a údery pri týchto športoch môžu poškodiť stómiu. Váš lekár vás oboznámi so všetkými obmedzeniami.

Ako vyzerá stómia? Pozrite si charakteristiky stómie!



- Červená, mokvajúca a mäkká na dotyk ako vnútro úst
- Okrúhla alebo oválna
- Plochá alebo vytŕčajúca z brušnej dutiny

Stómia je tvorená rovnakým typom tkaniva, akým sliznica v ústnej dutine. Stómia má dobré prekrvenie, a preto môže pri výmene pomôcok občas krváčať.

Niektoré potraviny môžu zapríčiniť sfarbenie stolice, napríklad červené žele, cvikla alebo aj tesná plienka môžu stolicu jemne sfarbiť do červena, čo sa môže javiť ako krv, no nemusíte sa ničoho obávať. Ak sa vám nebudie pozdávať sfarbenie stolice u vášho dieťaťa, kontaktujte svojho lekára.^{2,1,3}

V prípade že spozorujete niečo neobvyklé na stómii vášho dieťaťa, okamžite kontaktujte zdravotníckeho pracovníka:¹

- Ak je sfarbenie stómie veľmi tmavé alebo, naopak, veľmi bledé.
- Ak sa v stolici dieťaťa nachádza krv alebo stómia krváca.

Môžem ublížiť svojmu dieťaťu tým, že sa dotknem jeho stómie?

Vývod stómie nemá žiadne nervové zakončenia, cez ktoré by mohlo dieťa pociťovať bolesť, dotyky alebo výlučky moču či stolice.¹

Prvé dni po operácii môže byť bruško vášho dieťaťa veľmi bolestivé a citlivé, postupne sa bude stómia uzdravovať a bolesť bude ustupovať. Akonáhle bude stómia zahojená, dieťa môže robiť všetko, na čo si spomenie, dokonca sa aj plaziť po brušku. Samozrejme, v prípade, ak to odobrí zdravotnícky pracovník.



Zmení sa vzhľad stómie po operácii?

Stómia po operácii môže ešte niekoľko mesiacov meniť svoju veľkosť a tvar. Môže sa nachádzať na úrovni kože, pod úrovňou kože - vpadnutá, alebo môže vytrčať z brušnej dutiny - vyčnievajúca.⁴ Konkrétne pokyny ako sa starať o každý jeden typ vám poskytne váš zdravotnícky pracovník.

Niektoré **produkty** môžu predĺžiť dobu ponechania vrecka na tele, v prípade ak sa stolica vyprázdňuje zo stómie na úrovni kože. U detí s vyčnievajúcou stómou sa musíte naučiť pravidelne kontrolovať jej farbu. Zmena farby môže naznačovať, že je stómia priškrtená alebo porezaná vreckom, tesnou plienkou, prídržnými pásmi alebo oblečením.

Tak ako rastie vaše dieťa, rastie aj jeho stómia. Preto bude možno potrebné prispôbiť alebo zmeniť veľkosť stomického systému. Zdravotná sestra vám pomôže s výmenou veľkostí pomôcok.⁴

Kedy by sa malo vrecko vyprázdniť?

Vrecko by sa zvyčajne malo vyprázdniť vtedy, keď je do 1/3 plné.¹ Predídete sa tak ťažšej váhe vrecka, odlepeniu od pokožky alebo pretečeniu. Plné vrecko sa tiež vyprázdňuje ťažšie.

Je potrebné výpust vrecka utierať dočista, predídete sa tak zápachu a škvŕnám na oblečení. Vždy sa uistite, že uzavretie výpustu netlačí na pokožku dieťaťa, vyhnete sa podráždeniu pokožky.

Pre mnohých rodičov je najjednoduchšie vyprázdniť vrecko do plienky každé 3 až 4 hodiny, alebo podľa potreby. Staršie deti, ktoré sa práve učia chodiť na toaletu, by mali na nej sedávať čo najďalej, aby bolo možné vrecko vyprázdniť priamo do toalety. Vložením toaletného papiera do misy pred vypustením vrecka predídete špliechaniu.

Ako dlho sa môže vrecko nosiť?

Každé dieťa je iné a ich potreby sa líšia, konzultujte to so svojim zdravotníckym pracovníkom. Dĺžka nosenia často závisí od veku dieťaťa a úrovne aktivity. U detí žijúcich s kolostómiou alebo ileostómiou to závisí aj od hustoty stolice, napríklad dojčatá treba vymieňať vrecko každý deň a staršiemu dieťaťu približne každé 3 - 4 dni.

Pravidelný harmonogram na vymieňanie vrecka vám uľahčí prechod do domácej starostlivosti. Rodičia sa často naučia, kedy je aktivita stómie pomalšia: pred jedlom alebo kojením, a tak si naplánujú pravidelné výmeny vreciek. Ak spozorujete prenikajúci moč alebo stolicu pod podložku, vrecko treba okamžite vymeniť, aby sa nepodráždila pokožka. Ak potrebujete vrecko vymeniť viackrát ako raz za deň, obráťte sa na svojho lekára.

Môžem kúpať alebo sprchovať svoje dieťa bez vrecka?

Kúpanie ani sprchovanie neublíži stómii. Mnoho rodičov kúpe svoje deti s vreckom, pretože neexistuje spôsob ako zistiť, kedy bude moč alebo stolica vylučovaná zo stómie. Po kúpeli vrecko jednoducho vymenia.

Pri kúpaní sa vyhýbajte hydratačným mydlám a mydlám na báze olejov, ktoré môžu narušiť adhéziu a podložka nebude dostatočne držať na pokožke.⁵ Pred aplikáciou nového vrecka sa uistite, že je pokožka umytá čistou vodou a úplne suchá.



Čo spôsobuje podráždenie pokožky v okolí stómie?

Častou príčinou podráždenia pokožky je cez podložku podtekajúci moč alebo stolica, ktorý prichádza do kontaktu s pokožkou. Niekedy môže byť podráždenie spôsobené nesprávnou aplikáciou pomôcky, čo sa môže stať z rôznych dôvodov. Otvor na podložke môže byť príliš veľký. Vrečko nemá správnu veľkosť.⁴ Môže sa stať, že budete musieť použiť stomické príslušenstvo, napríklad pastu alebo tesniaci krúžok, ktoré zabezpečia lepšie utesnenie medzi stómou a pokožkou.

Zdravotnícky pracovník vám pomôže vyriešiť akékoľvek problémy s podráždenou alebo ne/správnou veľkosťou pomôcky.

Kedy si moje dieťa môže vrečko vymeniť samo?

Všetky deti sú iné. Skúste najskôr začať s tým, že vám pomôže s jednoduchými úlohami, ako napríklad odstraňovanie vrečka alebo čistenie pokožky. Nadobudne sebadôveru v starostlivosti o seba samého.

Ako mám obliekať svoje dieťa?

Stomické systémy Convatec ležia na tele, preto ich nie je vidno pod väčšinou vecí. Avšak máme pre vás pár tipov, ako zabezpečiť komfort pre vaše dieťa:

- **Uistite sa, že opasky alebo gumičky priveľmi netlačia na stómiu, hlavne ak sa nachádza blízko pásu.**
- **Mnoho rodičov u dojčiat a batoliat zistilo, že nosenie jednodielnych košielok, oblečenia a overalov pomáha udržať zvedavé malé ruky detí preč od ťahania ich vrecúšok.**
- **Staršie dievčatá a tinedžerky by mohli preferovať jednodielne vzorové plavky, ktoré pomáhajú zahaliť stómiu.**
- **Chlapci sa môžu cítiť viac komfortne, ak budú nosiť boxerkové plavky.**

V prípade akýchkoľvek ďalších otázok alebo obáv, neváhajte kontaktovať vášho lekára či iného zdravotníckeho pracovníka.

Môže sa moje dieťa dehydrovať pre stómiu?

Dehydratácia sa môže stať kedykoľvek, keď vaše dieťa príde o priveľa moču alebo stolice a nie je schopné tekutiny doplniť.⁶ Keď má dieťa teplotu,

chrípku s hnačkou alebo vracia, pravdepodobnosť dehydratácie sa tak značne zvyšuje.

Kontaktujte lekára alebo iného zdravotníckeho pracovníka v prípade, ak má vaše dieťa hnačku či prvotné príznaky dehydratácie, napríklad:⁷

- **znížené vylučovanie moču;**
- **menšiu aktivitu či nezvyčajnú ospalosť;**
- **sucho v ústach.**

Bude moje dieťa potrebovať špeciálnu diétu?

Špeciálna diéta závisí od zdravotného stavu dieťaťa. Ak váš lekár nepredpíše špeciálnu liečbu alebo nenastaví špecifickú stravu, bude môcť vaše dieťa jesť normálnu stravu s prípadnými malými obmedzeniami.

Všeobecne je dôležité, aby vaše dieťa malo vyváženú stravu, jedlo poriadne prežulo a pilo veľa tekutín (ako vám predpíše zdravotnícky pracovník či lekár) na prevenciu dehydratácie.⁴ Počas prvých týždňov od operácie sa vaše dieťa bude cítiť viac komfortne, ak bude jesť menšie, ale za to častejšie porcie jedla a iných drobností.

Doktor vám môže navrhnúť, aby ste vášmu dieťaťu začali predstavovať aj jedlá, ktoré pred operáciou nemohol jesť, alebo raz za čas nové pokrm, aby ste videli, ako bude na ne jeho telo reagovať. Jedlá, ktoré môžu spôsobovať plynatosť a nafúknutie a mali by ste s nimi začať pozvoľne.

Môžu niektoré potraviny ovplyvniť stolicu môjho dieťaťa?

Áno, napríklad syry, zemiaky, chlieb, banány a arašidové maslo môžu zahusťovať stolicu. Iné ju, naopak, zriedujú, napríklad ovocné džúsy alebo korenisté jedlá. Niektoré potraviny môžu zapríčiniť sfarbenie stolice, napríklad červené želé, cvikla alebo aj tesná plienka môžu dočasne zmeniť sfarbenie stolice. Takéto sfarbenie je však neškodné.^{3,8}

Čo je to zápcha?

Zápcha sa môže vyskytnúť u dieťaťa so stómiou (hlavne ak má dieťa ileostómiu, pretože tenké črevo je užšie ako hrubé črevo). Ťažko stráviteľné jedlá sa môžu nahromadiť a zablokovat' priechod stolice cez črevo, preto je dôležité, aby dieťa so stómiou stravu dôkladne požulo a pilo veľa tekutín.

Jedlá, ktoré môžu zapríčiniť zápchu, patria napríklad pukance, zeler, sušené ovocie, semienka a orechy, hrášok a zelené šaláty.³ Príznaky a symptómy zápchy môžu byť:²

- **kŕče a bolesti brucha;**
- **opuch brucha alebo stómie;**
- **riedka stolica, ktorá neskôr vedie k občasnej alebo žiadnej stolici;**
- **nevoľnosť a zvracanie;**
- **podráždenosť alebo neprirodzené správanie.**

Spýtajte sa vášho zdravotníckeho pracovníka na príznaky a symptómy zápchy, lebo môže ísť o vážny stav.

Čo spôsobuje plynatosť?

Plynatosť môže spôsobovať napr. prehĺtanie vzduchu, keď dieťa plače, cumle cumlík alebo pije cez slamku. Taktiež ju môžu spôsobovať jedlá, ako fazuľa, sýtené nápoje, viaceré druhy zeleniny, ako karfiol, kapusta, žerucha, brokolica a ružičková kapusta.³

Ak je vrecko vášho dieťaťa príliš plné plynov, môže sa nadvihnúť od kože a podtiecť. Vrecká sú k dispozícii s filtračným systémom, ktorý pomáha pri uvoľňovaní plynov a znižovaní zápachu.

Čo ak dostane moje dieťa hnačku?

S najväčšou pravdepodobnosťou sa už pred odchodom z nemocnice naučíte, ako často a kedy má vaše dieťa stolicu. Vďaka tomu budete vedieť, kedy sa treba znepokojovať hnačkou.

Ak budete mať podozrenie, že ide o hnačku, treba kontaktovať vášho lekára. Lekár sa vás môže spýtať niekoľko otázok, ktoré mu pomôžu správne diagnostikovať hnačku. Ako napríklad:

- **Vyprázdňujete vrecko častejšie alebo menej často ako zvyčajne?**
- **Je stolica viac riedka?**
- **Vykazuje vaše dieťa iné príznaky choroby či dehydratácie?**



Zdravotnícky pracovník vám pomôže pri akomkoľvek probléme s hnačkou, uistí sa, že je vaše dieťa dostatočne hydratované a pomôže mu, aby sa čo najrýchlejšie cítilo opäť dobre.

Referencie:

1. Caring for a child with an ostomy. SUNY Upstate Medical University, University Hospital Web site. <http://www.upstate.edu>. Accessed November 29, 2007.
2. Borkowski S. Pediatric stomas, tubes, and appliances. *Pediatr Clin North Am*. 1998;45(6):1419-1435.
3. Ostomy nutrition guide. University of Pittsburgh Medical Center website. <http://www.upmc.com/patients-visitors/education/nutrition/Pages/ostomy-nutrition-guide.aspx>
4. Garvin G. Caring for children with ostomies. *Pediatr Surg Nurs*. 1994;29(4):645-654.
5. Gray EH, Blackinton J, White GM. Stoma care in the school setting. *J Sch Nurs*. 2006;22(2):74-80.
6. Information about specific surgical procedures: ileostomy. The Children's Hospital of Philadelphia Web site. <http://www.chop.edu>. Accessed November 29, 2007.
7. Clark J, reviewer. Ileostomy Guide. United Ostomy Association. 2004.
8. Ostomy: adapting to life after colostomy, ileostomy or urostomy. Mayo Clinic website. <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/colon-cancer/in-depth/ostomy/art-20045825>



Zákaznícke centrum Convatec
Unomedical, s.r.o.
Štúrova 71/A, 949 01 Nitra
tel.: 037/77 64 931
alebo nám napíšte email na
stomalinka@convatec.com
www.convatec.sk



zákaznícka linka

convatec
0800 800 111
pre volajúceho zadarmo

[@convatecslovensko](https://www.instagram.com/convatecslovensko)

