

Colostomia: e agora?

FIQUE CALMO, TEMOS TODAS AS INFORMAÇÕES PARA QUE VOCÊ MESMO CUIDE DO SEU ESTÔMA.

PRIMEIRAMENTE, A COLOSTOMIA É UMA CIRURGIA NA QUAL É FEITA UMA ABERTURA NO ABDOME, REALIZADA NO INTESTINO GROSSO PARA A SAÍDA DE FEZES.

DESSA FORMA, VOCÊ PRECISARÁ UTILIZAR UM COLETOR/BOLSA PARA O DEPÓSITO DAS FEZES.



QUAIS CUIDADOS DEVO TER COM O COLETOR?



1

Utilize sempre o coletor/bolsa adequado ao seu tipo de estoma, de acordo com as orientações e indicações do seu médico.

2

Verifique se o tamanho que foi recortado no coletor está adequado. O furo de abertura de seu coletor deve ser do mesmo tamanho de seu estoma.

3

Mantenha seus coletores de reserva em lugar arejado, limpo, seco e protegidos do alcance da luz solar, sem dobrá-los.

4

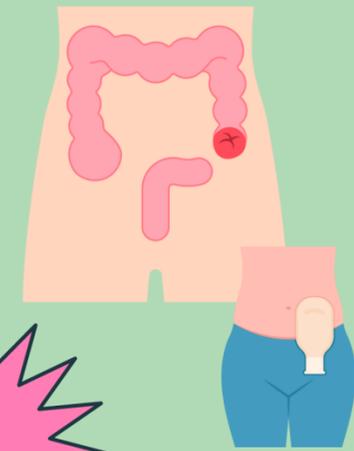
É essencial monitorar a bolsa para assegurar a integridade do conteúdo, evitando possíveis vazamentos.

5

É fundamental manter uma rotina consistente de cuidados com a pele e verificar regularmente se não há sinais de vermelhidão, feridas ou irritações na região do estoma.

6

A prática de atividade física é permitida, considerando as condições individuais de cada pessoa e ter uma alimentação saudável e equilibrada, com frutas, vegetais, proteínas magras e bastante líquidos, é altamente recomendável, a fim de evitar obstruções intestinais.



E OS CUIDADOS COM A PELE AO REDOR DO ESTOMA?



1

A limpeza deve ser feita com água corrente e sabão neutro.



2

Não esfregue e não use esponjas.



3

Havendo pelos, devem ser cortados com tesoura, nunca raspar pois pode inflamar.



4

Não utilize substâncias como: álcool, mercúrio, cremes, pomadas.



COMO É O PASSO A PASSO PARA O ESVAZAMENTO DO COLETOR?

- Lave as mãos com água e sabão e seque com uma toalha limpa.
- Separe o material para o procedimento (toalha limpa, papel absorvente e água fria já fervida).
- Abra o clamp na parte inferior do coletor.
- Despreze o conteúdo no vaso sanitário.
- Irrigue o coletor com 50 ml de água fervida.
- Lave a parte inferior do coletor com água corrente e seque com o papel absorvente.
- Retire o ar de dentro do coletor.
- Coloque novamente o clamp na parte inferior do coletor.
- Cuidado para não puxar o coletor.
- Lave novamente as mãos e seque com a toalha limpa.

COMO TROCAR O COLETOR?

- Lave as mãos.
- Retire de forma delicada e devagar o coletor.
- Jogue fora o coletor usado.
- Limpe a pele em torno de todo o estoma, com água corrente e sabão neutro
- Seque o redor do estoma sem esfregar.
- Recorte o estoma no tamanho exato do seu estoma.
- Remova o papel que protege a resina.
- Ponha o novo coletor de baixo para cima na região do estoma.
- Faça uma pressão de 30 segundos.
- Verifique se o coletor está firme, tire o ar dentro e feche o clamp.
- Por fim, lave as mãos novamente.

REFERÊNCIAS



Aguiar, F. A. S. D., Jesus, B. P. D., Rocha, F. C., Cruz, I. B., Andrade Neto, G. R. D., Rios, B. R. M., Pires, A. P., & Andrade, D. L. B. (2019). Colostomia e autocuidado: significados por pacientes estomizados. Rev. enferm. UFPE on line, 105-110.



Carvalho, Bruna Saraiva. Lima, Carlos Henrique Menezes. Machado, Raquel da Silva. Martins, Tayane Moura. Santana, Letícia Gabriela Henrique. Santos, Hítalo Costa Santos. Sarah, Thamires Lima. Silva, Eduardo Vicente. Silva, João Felipe Tinto. Zanoni, Rodrigo Daniel. Cuidados ao paciente com colostomias: Desafios e perspectivas do profissional da área da saúde, 2022. Disponível em: file:///C:/Users/darff/Downloads/Cuidados_ao_paciente_com_colostomias_Desafios_e_pe.pdf. Acesso em: 20 jun. 2024.



Ministério da Saúde. Instituto Nacional do Câncer. Cuidados com estomias intestinais e urinárias, 2018. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//livro-cuidados-com-a-sua-estomia.pdf>. Acesso em: 20 jun. 2024.



Sociedade Brasileira de Estomaterapia. Estomas. Disponível em: <https://sobest.com.br/estomias/>. Acesso em: 20 jun. 2024.

