

 Hollister

راهنمای ایلوستومی

 Hollister



شرکت جهان بهبود

نماینده رسمی کمیته هایستتر آمریکا در ایران

تهران - خیابان ظفر - خیابان نفت شمالی - خیابان هفتم - شماره ۱۷

تلفن: ۲۲۷۱۵۴۶-۸ فاکس: ۲۲۷۱۳۸۱

هنگامی که غذا جویده و بلعیده می شود، از مری به سمت معده پایین می رود. اسید معده و آنزیم ها غذا را به قطعات کوچکتر خرد کرده و بصورت مایع مخلوط در می آورند. این مخلوط از معده به سمت روده کوچک حرکت می کند.

روده کوچک شش متر طول دارد و بیشترین میزان جذب در این محل انجام می شود.

روده کوچک به سه قسمت دندوم، ژژنوم و ایلئوم تقسیم می شود. زمانی که این مخلوط از روده کوچک عبور می کند مواد مغذی جذب بدن شده و وارد جریان خون می گردد.

از طریق روده کوچک ویتامینها، مواد معدنی، پروتئینها، چربی و کربوهیدراتها جذب بدن می شوند. مواد غذایی که از روده کوچک جذب بدن نشده اند به سمت روده بزرگ حرکت کرده و تشکیل مدفوع را می دهند.

نام دیگر روده بزرگ کولون می باشد که معمولا دو متر طول دارد. جذب آب از مدفوع و ذخیره مدفوع دو نقش اساسی کولون می باشند.

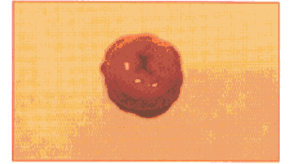
زمانی که مدفوع در روده حرکت می کند آب آن کم کم جذب می شود تا مدفوع شکل بگیرد. با شروع حرکات دودی روده مدفوع وارد رکتوم می شود.

ماهیچه رکتوم اسفنکتر مقعد نامیده می شود، این اسفنکتر در هنگام حرکات دودی روده اجازه کنترل ارادی دفع را می دهد. سپس مدفوع از طریق مقعد خارج می شود.



این راهنما به شما کمک می کند تا ایلئوستومی خود را بهتر بشناسید و بتوانید آن را کنترل کنید.

مهم است بدانید شما تنها کسی نیستید که ایلئوستومی دارد. همه ساله هزاران نفر تحت عمل جراحی ایلئوستومی قرار می گیرند. برای برخی جراحی نجات دهنده زندگی است و برای برخی جراحی به منظور ترمیم ضایعه ناشی از تصادف و یا با هدف برداشتن تومور ضرورت پیدا می کند. صرف نظر از دلایل طبی، فردی که تحت عمل ایلئوستومی قرار می گیرد، به طور طبیعی سوالات و نگرانی هایی دارد. منظور از تنظیم این راهنما آن است که به برخی از سوالات شما در مورد جراحی ایلئوستومی پاسخ دهد و به شما کمک کند تا بتوانید با ایلئوستومی بهتر زندگی کنید. این راهنما توسط تیم مراقبت و بهداشت کمپانی هالیستر برای شما تهیه شده است و اطلاعات و آموزش هایی را که توسط پزشک و پرستار مراقب استوما به شما داده می شود را تکمیل می نماید.



استوما

- دردناک نیست .
- همیشه قرمز و مرطوب است.
- به راحتی خونریزی می‌کند.

ایلیوستومی چیست

استوما به معنای دهانه می باشد. هرگاه یکی از ارگان‌های داخلی بدن به طور مستقیم و یا توسط لوله باریکی به بیرون راه پیدا کند استوما نامیده می‌شود. استوما به دو نوع دائمی و موقت تقسیم می‌گردد که بسته به علت ایجاد استوما جراح یکی از دو نوع را انتخاب خواهد کرد.

ایلیوستومی دهانه ای است از روده کوچک به شکم که توسط جراحی ایجاد می‌شود. هدف از آن اجازه عبور مدفوع می باشد. در سوانح رانندگی یا بیماری مانند کرون ، رکتوم یا مقعد برداشته می‌شود. چون وظیفه اصلی کولون جذب آب از مدفوع و ذخیره مدفوع می باشد ، بنابراین بدن بدون کولون نیز می‌تواند به حیات خود ادامه دهد.

با داشتن ایلیوستومی مدفوع از مقعد بیرون نمی‌آید بلکه از ایلیوستومی خارج می‌شود.

ایلیوستومی اسفنکتر ندارد بنابراین فرد کنترل ارادی روی حرکات روده ای ندارد و به جای آن از کیسه یکبار مصرف و قابل تعویض برای جمع‌آوری مدفوع استفاده می‌کند. برای ایجاد ایلیوستومی، جراح قسمتی از روده کوچک - ایلیوم - را از دیواره شکم خارج می‌کند. این دهانه تازه باز شده بر روی شکم را، ایلیوستومی می‌نامند.

بطور معمول محل ایلیوستومی پایین خط کمر بند و یک چهارم تحتانی شکم، سمت راست ناف می‌باشد.

علل ایجاد ایلیوستومی

- بیماری‌های مادرزادی دستگاه گوارش
- بیماری‌های التهابی روده کوچک شامل کرون و کولیت
- آسیب‌های ناشی از ضربه به شکم
- عوارض دیررس اشعه درمانی

آمادگی قبل از عمل

پس از بستری شدن بیمار و انجام آمادگی روده، نوبت تعیین محل استوما است.

زخم شدن پوست اطراف استوما، تخلیه نامناسب استوما داخل کیسه و نشستن از اطراف آن، ترس از جدا شدن کیسه، نگرانی و اضطراب در ارتباط با عدم پذیرش خانواده و از دست دادن شغل و در نهایت دوری از اجتماع و افسردگی فرد، از عوارض بسیار مهم انتخاب نامناسب محل استوما می‌باشد.

بنابراین تعیین محل استوما بر روی شکم بخش مهمی از آمادگی‌های قبل از عمل می‌باشد. قبل از عمل با کمک پزشک و پرستار مراقب استوما با مشورت شما، بهترین محل استوما بر روی شکم تعیین خواهد شد.

بهترین محل برای ایجاد استوما جایی است که شما به راحتی آن را ببینید و از آن مراقبت نمایید. بهتر است استوما از این نواحی دور باشد: ناف، خط کمر بند، چین‌های شکم، برجستگی‌های استخوانی و دنده‌ها، محل بخیه و جراحی قبلی.

مراقبت‌های پس از عمل جراحی

علاوه بر مراقبت از زخم جراحی، گفتگو با بیمار، مشاهده استوما و لمس آن توسط بیمار، گام اساسی در پذیرش ایلیوستومی توسط او دارد.

پس از جراحی، اندازه ایلیوستومی بزرگ و متورم می‌باشد. با گذشت چند هفته و کسب بهبودی، اندازه آن کوچک می‌شود.

بلافاصله بعد از عمل، ترشحات خروجی به شکل مایع از ایلیوستومی جریان می‌یابد. پس از مدتی مدفوع خمیری شکل خواهد شد. در فرد دارای ایلیوستومی مدفوع حاوی آنزیم‌هایی است که می‌توانند برای پوست محرک باشند. بنابراین با استفاده از کیسه می‌توانید پوست اطراف استوما را بطور مناسبی پوشش دهید.

انتخاب کیسه مناسب نقش مهمی در پیشگیری از عوارض ایلیوستومی و بهبود کیفیت زندگی فرد در آینده دارد.

سیستم کیسه های ایلویستومی

شما می توانید جهت رفع نیاز خود، از انواع کیسه های ایلویستومی هالیستر استفاده نمایید. این کیسه ها شامل سیستم یک تکه و دو تکه می باشند. هر دو سیستم دارای چسب هستند که با چسبیدن به پوست اطراف استوما از آن محافظت می نمایند. با این تفاوت که در سیستم یک تکه چسب به کیسه متصل بوده ولی در سیستم دو تکه چسب از کیسه جدا می باشد.

کیسه ته باز یا قابل تخلیه این کیسه بهترین انتخاب در زمان خروج ترشحات مایع و با دفعات زیاد می باشد. در انتهای کیسه گیره ای تعبیه شده است که تخلیه آسان و سریع کیسه را ممکن می سازد.

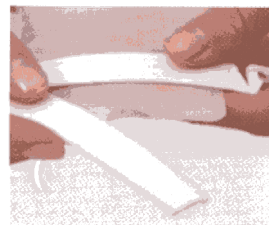
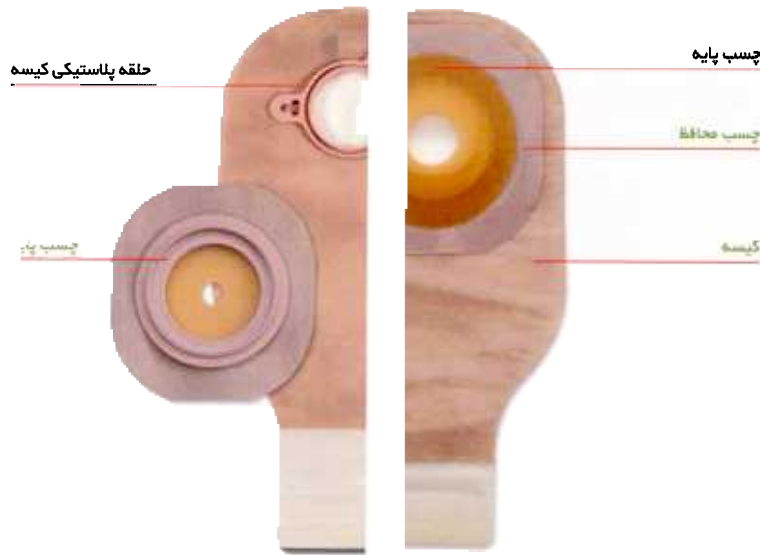
رنگ کیسه های ایلویستومی مات، روشن و شفاف می باشد. جهت راحتی بیشتر می توانید از کیسه ای استفاده نمایید که دارای پوشش پارچه ای در سطح تماس با پوست می باشد. اگر مواد دفعی از استوما خمیری شکل باشند، پیشنهاد می شود از کیسه های فیلتردار استفاده نمایید. فیلتر پس از فیلتره کردن بو، اجازه خروج گاز بدون بو را می دهد. بدین ترتیب از باد شدن کیسه در زیر لباس و احتمال پاره شدن آن، جلوگیری می شود.



توضیح شکل از بالا به پایین:
کیسه یک تکه قابل تخلیه
چسب پایه تخت
چسب پایه محدب
کیسه دو تکه قابل تخلیه

کیسه دو تکه

کیسه یک تکه



حفظ سلامت پوست اطراف ایلویستومی بسیار مهم است. سالم و تمیز نگه داشتن پوست اطراف استوما شرط اساسی در مناسب چسبیدن کیسه می باشد. به منظور پیشگیری از تحریک پوست اطراف استوما و سایر مشکلات پوستی از چسب پایه و کیسه ایلویستومی استفاده کنید که به خوبی روی هم منطبق شده و به طور مناسب روی پوست بچسبند. گاهی اوقات پوست تحریک شده دردناک است. در هر بار تعویض چسب و کیسه، پوست اطراف استوما را به دقت بررسی نمایید، هرگونه تورم، قرمزی یا اگزما نشانه تحریک پوست این ناحیه می باشد. اگر این تغییرات دوبار متوالی در هنگام تعویض کیسه مشاهده شد باید به پزشک یا پرستار مراقب استوما اطلاع دهید.



حمام کردن

با داشتن ایلویستومی، مانند قبل از عمل می توانید استحمام نمایید. آب و صابون به داخل استومای شما وارد نشده و آسیبی به آن نمی رساند. شما می توانید با کیسه و یا بدون کیسه ایلویستومی استحمام کنید. گاهی اوقات بقایای صابون با چسبیدن به چسب کیسه ایلویستومی تداخل می کند، پیشنهاد می شود از صابون های بدون چربی استفاده نمایید که با شستن از پوست پاک می شوند.



دارو

مصرف برخی از داروها و مکمل های غذایی می توانند رنگ، بو و قوام مدفوع را تغییر دهند. قرص های درشت، قرص های پوشش دار، کپسول های آهسته رهش و قرص های ضد بارداری ممکن است قبل از هضم کامل از بدن خارج شوند. بهتر است داشتن ایلویستومی را با پزشک و دندانپزشک خود در میان بگذارید. آنها می توانند به شما کمک کنند تا فرم دیگری از دارو را انتخاب نمایید.

نکات کاربردی زندگی روزانه

- پس از عمل ملین استفاده نکنید زیرا به شدت تعادل آب و مایعات بدن را بر هم می زند.
- آنتی اسپید سبب اسهال یا یبوست می شود
- آنتی بیوتیک ها سبب اسهال می شوند

رژیم غذایی

داشتن ایلویستومی به معنای داشتن رژیم غذایی خاص نیست. بسیاری از افراد مبتلا به بیماری های روده ای رژیم غذایی مشخصی دارند.

پزشک ممکن است بلافاصله بعد از عمل رژیم غذایی خاصی را بدهد، بعد از پایان دوره بهبودی می توانید به رژیم معمولی خود باز گردید.

با وجود ایلویستومی بدن شما به میزان بیشتر مایعات حتی بیش از قبل از عمل نیاز دارد. برای جلوگیری از کم آبی باید مقادیر زیادی آب، آب میوه یا سایر مایعات میل کنید. اگر مشکل قلبی یا کلیوی دارید قبل از افزایش مایعات دریافتی با پزشک خود مشورت کنید. از خوردن غذاهای پرفیبر نیز اجتناب کنید. گاهی اوقات غذاهای پرفیبر در ایلویستومی تولید توده ای می کنند که به راحتی از استوما قابل عبور نیست.

بعضی از غذاها تولید بو یا گاز در سیستم گوارش می نمایند، مصرف این غذاها را متعادل کنید.

- نکات کاربردی در زندگی روزانه**
- رژیم غذایی متعادل داشته باشید.
 - آهسته بخورید و به خوبی غذا را بجوید.
 - غذاها را کم کم به رژیم خود اضافه کنید تا سیستم گوارش شما به آنها عادت کند.

غذاهایی که سرشار از فیبر هستند:
از خوردن این غذاها شش تا هشت هفته بعد از عمل اجتناب کنید.
کرفس، سبزیجات چینی، گل کلم، ذرت، قارچ، زرد آلو و انجیر خشک، سیب، انگور، سیب زمینی، آجیل و پاپ کورن، گوشت های غلاف دار مثل سوسیس

بو

بو از مسائل مهم برای افرادی است که تحت عمل ایلویستومی قرار می گیرند.

امروزه در ساخت کیسه های ایلویستومی از فیلم جاذب بو استفاده می شود، بنابراین بوی مدفوع فقط داخل کیسه باقی می ماند. اگر کیسه تمیز بوده و به طور مناسب چسبانده شده باشد بایستی بو را هنگام تخلیه و یا تعویض کیسه حس کنید. در صورت استشمام بو در سایر اوقات، کیسه را از نظر نشئت بررسی کنید. کیسه خود را در صورت نیاز و در شرایط مناسب می توانید به طور مرتب تخلیه نمایید.

تخلیه مرتب و یا تعویض کیسه بهترین روش، جهت پیشگیری از پیر شدن و ترکیدن آن می باشد. بنابراین هنگامی که یک دوم حجم کیسه پر شد آن را تخلیه نمایید.

غذاهایی که تولید بو می کنند:
مارچوبه، کلم بروکلی، کلم دلمه ای
کلم پیچ، گل کلم، تخم مرغ، ماهی، سیر
پیاز، ادویه.

پس از عمل با شروع فعالیت روده، متوجه وجود گاز در کیسه خواهید شد. حجم و میزان گاز تولید شده در افراد مختلف متفاوت بوده و به ساختمان بدن فرد بستگی دارد. اگر قبل از عمل مشکل دفع گاز از روده داشته اید، به نظر می رسد بعد از عمل نیز این مشکل را خواهید داشت.

گاز می تواند توسط غذای مصرفی تولید شود. گاهی گاز روده نتیجه بلع هوا می باشد. مصرف نوشابه های گاز دار، کشیدن سیگار، جویدن آدامس و جویدن با دهان باز می تواند میزان هوای بلعیده شده را افزایش دهد. اگر مشکل تولید گاز دارید می توانید از کیسه های فیلتر دار استفاده نمایید.

غذاها و آشامیدنی هایی که سبب افزایش گاز می شوند:
حبوبات، آجوز، کلم بروکلی، کلم دلمه ای، کلم پیچ، نوشابه های گاز دار، گل کلم، ذرت، خیار، قارچ، نخود، اسفناج.

بسیاری از افراد بعد از عمل جراحی ایلئوستومی نگران هستند که کیسه از زیر لباس آنها معلوم باشد. بعضی نیز همواره نگران هستند که نتوانند مانند قبل از عمل لباس معمولی بپوشند و یا اینکه باید از لباس های با سایز و اندازه بزرگتر استفاده نمایند. ولی واقعیت این است که شما قادر خواهید بود مانند گذشته لباس بپوشید.

امروزه کیسه های ایلئوستومی آن قدر نازک و ظریف تهیه می شوند که کاملاً روی پوست می چسبند. بنابراین تا زمانی که خود شما نگوئید، کسی متوجه نخواهد شد کیسه ایلئوستومی دارید.

کیسه را می توان داخل و یا خارج از لباس زیر قرار داد، جایی که احساس راحتی بیشتر می کنید. خانم ها می توانند از گن استفاده کنند. بهتر است است مدل و رنگ لباس شنای خود را از نوع طرحدار و تیره رنگ انتخاب کنید.

اسهال به دلایل مختلف بروز می نماید با وجود ایلئوستومی نیز امکان ابتلا به اسهال وجود دارد. ممکن است بیماری آنفولانزا عامل اسهال باشد، بنابراین با وجود ایلئوستومی امکان ابتلا به اسهال درست مانند قبل از عمل وجود دارد.

در صورت ابتلا به اسهال می توانید از غذاهایی استفاده نمایید که سبب سفت شدن مدفوع می شوند. از مصرف غذاهای مسهل و نوشابه هایی که موجب شل شدن مدفوع می شوند اجتناب کنید.

اسهال سبب کم آبی می شود، بهتر است در این زمان مایعات بیشتری بنوشید. اگر اسهال ادامه پیدا کرد، با پزشک یا پرستار مراقب استوما تماس بگیرید.

غذاها پی که مدفوع را سفت می کنند:
سس سیب، موز، پنیر، گل ختمی، برنج، شیر جوشیده، انواع ماکارونی و رشته، کره بادام زمینی، چوب شور، نشاسته، نان تست، ماست.

غذاها پی که مدفوع را شل می کنند:
آجوز یا انواع الکل، کلم بروکلی، آب انگور، میوه های تازه به جز موز، حبوبات سبز، آلو یا آب آلو، غذاهای پر ادویه و تند، اسفناج.

داشتن ایلیوستومی مانع فعالیت های بدنی و تمرینات ورزشی شما نمی شود. در هوای گرم یا بعد از ورزش علاوه بر افزایش مایعات دریافتی به مراقبت بیشتری نیاز دارید. به غیر از ورزش های سنگین و وزنه برداری می توانید از سایر فعالیت های بدنی لذت ببرید.

کسانی که ایلیوستومی دارند می توانند ورزش هایی از قبیل: شنا، پیاده روی، تمرینات آمادگی جسمانی و اسکی روی آب، اسکی روی برف، گلف، تنیس، هاکی، والیبال، قایقرانی و قایق سواری را انجام دهند.

- نکات کاربردی زندگی روزانه**
- بهتر است قبل از شنا کیسه ایلیوستومی خود را تخلیه کنید.
 - قبل از شنا، اطراف چسب پایه را با چسب ضد آب محکم کنید.
 - در داخل وان آب گرم، سونای بخار و سونای خشک ممکن است چسب کیسه ایلیوستومی شل شود. کیسه را به دقت بررسی کنید، اگر چسب آن شل شده بود آن را تعویض نمایید.

بازگشت به کار و مسافرت

مانند هر عمل جراحی دیگر، جهت بهبودی کامل شش تا هشت هفته زمان نیاز است. قبل از بازگشت به کار با پزشک تان مشورت کنید. بعد از بهبودی باید قادر باشید به سرکار خود بازگشته و هر جا که می خواهید مسافرت نمایید. داشتن ایلیوستومی نباید موجب محدودیت شما شود.

کیسه و سایر لوازم مورد نیاز ایلیوستومی در همه جای دنیا در فروشگاههای لوازم پزشکی یافت می شود. بهتر است در مسافرت بیشتر از همیشه لوازم مورد نیاز را تهیه نموده و همراه خود داشته باشید.

- نکات کاربردی زندگی روزانه**
- مسافرت با هواپیما و فشار هوا بر استوما تاثیر ندارد.
 - هنگام مسافرت همیشه لوازم ایلیوستومی خود را در داخل کیف دستی بگذارید و در جامه دان های بزرگ قرار ندهید.
 - چسب پایه مورد نیاز خود را قبل از مسافرت برش دهید تا در زمان مسافرت نیاز به حمل قیچی نباشد.
 - کمربند ایمنی را بالاتر و یا پایین تر از محل استوما ببندید.
 - وسایل و لوازم مراقبت از استوما را در جای خشک و خنک نگهداری نمایید.
 - در هنگام مسافرت به نقاط دور دست از بیمارستان یا مراکز درمانی در مورد پرستار مراقب استوما آن منطقه سوال کنید.

روابط جنسی و ارتباطات فردی

جراحی ایلیوستومی سبب تغییر در تصویر فرد از بدن خود می شود. بسیاری از افراد دچار ترس از عدم پذیرش از جانب همسر و نگران ارتباط جنسی خود می باشند.

جراحی ایلیوستومی روی هر دو نفر - زن و شوهر - و ارتباط آنها تاثیر می گذارد. در این مورد هر دو نفر باید خود را با دیگری هماهنگ نماید و البته کلید حل مسئله درک متقابل یکدیگر است. در هر حال همسر شما باید بدانند فعالیت جنسی با شما به او و استومای شما آسیب نمی رساند.

اگر بچه دار شدن برای شما مهم است باید بدانید پس از بهبودی کامل، یک خانم با داشتن ایلیوستومی نیز می تواند حاملگی داشته باشد.

گاهی اوقات ممکن است ایلیوستومی سبب تغییراتی در مردان و ارتباط جنسی آنها شود. ولی باید بدانید که بسیاری از مردان با داشتن ایلیوستومی می توانند بچه دار شوند.

برای زن و مرد هر دو، بسیار مهم است که درباره جراحی با همسر خود بطور روشن و واضح بحث و گفتگو نمایند. البته در مورد پرسیدن هرگونه سوال از پزشک و پرستار مراقب استوما، تردید نکنید.

- نکات کاربردی زندگی روزانه**
- قبل از هر نوع ارتباط جنسی کیسه ایلیوستومی خود را تخلیه کنید.
 - فعالیت جنسی به شما و استومای شما آسیبی نخواهد رساند.
 - با استفاده از کیسه های مات و یا پوشش دار می توانید کیسه و محتویات آنرا مخفی نمایید.
 - با استفاده از کمربند مخصوص می توانید کیسه را پنهان نموده و آن را چسبیده به بدن خود نگاه دارید.

دین و مذهب

در دین اسلام مقررات تعریف شده زیادی وجود دارد که قبل از آماده شدن برای نماز و حین خواندن نماز باید رعایت شوند. در هر صورت سوال اساسی استفاده از کیسه ایلیوستومی حین خواندن نماز است. مطابق فتوای گروهی از مراجع مسلمان ((هر کس که استوما دارد یک عذر شرعی دارد. اگر نمی تواند کیسه را برای هر نوبت تعویض کند، می تواند وضو بگیرد و بعد از هر وضو هر چند رکعت می خواهد نماز بخواند. اگر فاصله ای بین نماز های پنج گانه باشد، آن وضو باطل شده و برای نماز های نوبت دیگر باید دوباره وضو گرفته و سپس نماز بخواند)).

هموطنان محترم ایرانی می توانند طبق فتوای مجتهد و مرجع تقلید خود عمل نمایند.

پزشک و پرستار مراقب استوما منابع با ارزش اطلاعاتی برای شما میباشند. ملاقات حضوری سالانه با پزشک معالج بسیاری از مشکلات معمولی را رفع خواهد کرد. همچنین خوب است که سالانه کنترل کامل سلامت و آزمایشات بالینی داشته باشید. فروشندگان تجهیزات پزشکی و لوازم مراقبت از استوما در معرفی محصولات جدید استوما می توانند به شما کمک نمایند.

منبع مهم اطلاعاتی دیگر، انجمن بین المللی استوما است که با علامت اختصاری IOA شناخته می شود خوب است بدانید این سازمان توسط افراد دارای استوما تاسیس گردیده است.

سازمانها و گروههای حمایتی جهت کسب اطلاعات بیشتر و آگاهی از سایر گروههای حمایتی، با مرکز درمانی و یا پرستار مراقب استوما در بیمارستان تماس بگیرید.

انجمن استومی ایران
تهران، خیابان فاطمی، خیابان چهارم، کوچه مغان،
شماره شش، تلفن: ۸۹۶۹۶۰۲
انجمن بین المللی استومی

36 Executive Park, Suite 120,
Irvine, California 92714-6744
Tel: (714)660-8824
1-800-826-0826

در سایت های مربوط به هالیستر می توانید اطلاعات جالب و کاملی در ارتباط با مراقبت از استوما پیدا کنید. پیشنهاد می کنیم از سایت ما دیدن فرمایید:

www.hollister.com
www.ostomyworld.com

دفتر هالیستر در منطقه خاور میانه

Hollister-Middle East, Africa
Regional Office
P.O Box 75344
Lynwood Ridge
Pretoria 0040
South Africa
Tel: +27 12 361 3370
Fax: +27 12 348 7255

- بافت استوما مانند داخل دهان قرمز و مرطوب می باشد.
- استوما دردناک نیست و به راحتی خونریزی می کند به خصوص اگر ضربه دیده و یا ساییده شود. این نوع خونریزی های کم و موقت طبیعی است ولی در صورت ادامه آن یا وجود خون در مدفوع با پرستار مراقب استوما تماس بگیرید.
- زمانی که یک سوم تا یک دوم حجم کیسه ایلئوستومی پر شد آن را تخلیه نمایید.
- گاهی اوقات بقایای صابون با چسبیدن به چسب کیسه ایلئوستومی تداخل می کند. در صورت استفاده از صابون بهتر است از نوع بدون چربی و بدون لوسیون آن استفاده نمود.
- جهت پاک کردن پوست از آب نیمه گرم استفاده نمایید. بهتر است قبل از چسباندن کیسه، پوست را با استفاده از پارچه نرم، خشک و تمیز نمایید. بعد از چسباندن چسب پایه، با دست به مدت سی تا شصت ثانیه آن را ماساژ دهید. ماساژ و گرمای ناشی از آن چسب را فعال خواهد کرد.
- در صورت استفاده از کیسه های دو تکه، بهتر است چسب پایه را بصورت زاویه دار بر روی پوست بچسبانید.
- چسب پایه را هر سه تا پنج روز تعویض کنید.
- می توانید با چسب پایه و کیسه و یا پس از برداشتن آن استحمام نمایید.

در صورت مشاهده هر یک از علائم زیر با پزشک یا پرستار مراقب استوما تماس بگیرید.

- تحریک پوستی
- نشست مکرر مدفوع از اطراف چسب پایه
- تغییر رنگ، اگزما و التهاب پوست اطراف ایلئوستومی
- خونریزی شدید از ایلئوستومی
- وجود خون در مدفوع
- برآمدگی پوست اطراف ایلئوستومی
- افزایش تدریجی طول ایلئوستومی