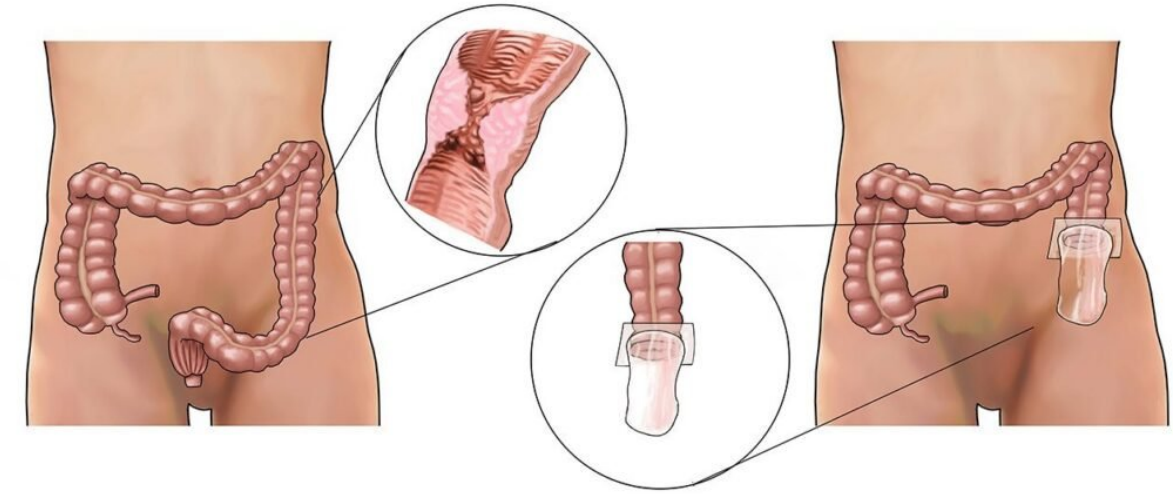
Colostomia: Texto com leitura fácil, voltado principalmente para pacientes e acompanhantes.



Colostomias são orifícios do intestino grosso no abdome. Como o nome diz, colostomia vem de cólon, o segmento do intestino grosso. Da mesma forma por exemplo ileostomia vem de íleo, intestino delgado. Seguindo o mesmo raciocínio, cistostomia vem de bexiga, exteriorização da urina por um orifício abdominal.

Além do paciente, é muito inportante a família também saber cuidar. Não bastasse os momentos habituais, podem haver períodos de doença e queda do estado geral. Portanto, a família deve ser bem orientada quanto ao manejo dessas bolsas.

Banho e Colostomia

Não há necessidade dese retirar a bolsa na hora do banho, seja no banho de chuveiro ou na imersão. Produtos como água e sabão não vãoprejudicar o estoma. Porém, deve-se evitar um banho forte direto no estoma, pois pode causar sangramento. No começo a pele pode ficar fina e frágil, com sangramentos frequentes, irritação e inclusive vermelhidão devido às dermatites.

Trocas e Substituições das Bolsas Coletoras

Quanto à substituição: Deve-se conhecer a resistência e o ponto de saturação (ponto máximo de resistência da bolsa), a cor da placa protetora (resina sintética) é amarela. Substitua o dispositivo quando estiver quase completamente branco (ponto de saturação). No futuro, existe o risco de o quadro se mover e o conteúdo vazar. Faça a troca preferencialmente durante o banho, pois é mais fácil retirar a cola sem danificar a peça.

Cuidados com a Pele em volta da Ostomia

A pele ao redor do estoma deve ser limpa com água e sabão neutro sem esfregar com força ou usar esponjas ásperas. Os pelos ao redor do estoma devem ser cortados com tesoura. Deixe a pele ao redor do estoma (se possível) sob o sol da manhã por 15 a 20 minutos por dia. Proteja sempre o estoma com gaze umedecida.
Não use substâncias corrosivas como álcool, benzeno, colônias, tintura de benjoim, mercúrio, cremes e loções. Esses produtos podem ressecar a pele, danificá-la e causar reações alérgicas. Se houver erupção cutânea ao redor do estoma ou na pele devido ao extravasamento fecal, pode-se usar um creme à base de óxido de zinco, tomando cuidado para não atrapalhar a área adesiva (placa) da bolsa coletora.

Odores e cheiros desagradáveis

Pastilhas de carvão ativado, disponíveis em farmácias ou floriculturas, podem ser usadas para reduzir o odor de gaze. Siga as orientações dietéticas para evitar a formação de gás.

Novos tipos de Comida:

Ao experimentar um novo alimento, faça-o em pequenas porções. Tente descobrir como seu corpo reage a cada alimento. Alguns alimentos causam gases, como ovos, feijões e refrigerantes. Outros alimentos preferem emolientes, como frutas e vegetais crus, lentilhas,

ervilhas, suco de laranja, etc.

A constipação é causada por alimentos como batata, inhame, maçã cozida, banana prata, arroz branco. Tenha cuidado com alimentos que exalam um odor forte, como cebola, alho cru, ovos cozidos, repolho, frutos do mar. Temos alimentos que neutralizam odores como cenoura, chuchu, espinafre, amido de milho.

Considerações Finais

o paciente deve ter sempre um prato reserva e um conjunto de bolsas. A família deve sempre orientá-lo a levar itens de higiene quando sair. Todo o apoio psicológico e social é necessário para este paciente e também família. Apesar desta nova situação, é possível sim conviver com a colostomia de forma temporária ou até definitiva, e ter uma vida normal.

