

## Hvad er en stomi?

En stomi er en kunstig åbning i bugvæggen på maven, hvor tarmen er ført ud og syet fast i maveskindet. Det betyder, at afføringen kommer ud af stomien og opsamles i en pose på maven. Når et menneske får en stomi, er det på grund af en tarm-sygdom (eller en urinvejs-sygdom). Nogle gange er stomien midlertidig, og åbningen bliver senere lukket igen.

De to mest almindelige stomi-former er:

- **Kolostomi**, hvor tyktarmen er ført ud på maven
- **Ileostomi**, hvor tyndtarmen er ført ud på maven

En anden sjældnere type stomi er, når urinlederen er ført ud på maven.

### BORGERENS ALMENTILSTAND

Årsagen til stomi-operationen kan være en alvorlig sygdom som fx kræft. Borgeren kan derfor være afkræftet efter et langt og svært sygdomsforløb og kan have brug for hjælp til praktiske og personlige opgaver. Du skal have vejledning i, hvordan du støtter netop denne borger med hensyn til personlig hygiejne, sund kost, væske, bevægelse, sociale kontakter, psykisk stimulation osv. Alt sammen har betydning for, hvordan borgeren klarer sit liv med en stomi.

### ÆNDRET KROPSOPFATTELSE

En operation, der fører til en stomi, er et voldsomt indgreb for borgeren. Efter sådan en operation, vil borgeren ofte ændre sin opfattelse af sin egen krop. Kroppens funktioner er ændrede, og kroppen ser anderledes ud.

Borgeren kan fx være nervøs for, at stomiposen ikke sidder godt nok fast, så afføringen løber ud på maven og på tøjet. Borgeren kan også være nervøs for, at omgivelserne kan lugte eller se stomiposen.

Man kan ikke forvente, at du skal kunne klare at vejlede en borger, der har mange psykiske reaktioner. Her kan du bede den ansvarlige for plejen om at vejlede eller overtage plejen.

### Psykiske reaktioner

Borgeren skal indstille sig på et nyt liv med stomi. Ved at træne den personlige pleje omkring stomien, kan borgeren selv lære – at observere og pleje huden omkring stomien – at skifte posen og eventuelt – at tømme posen. Med tiden vil borgeren i bedste fald lære at forholde sig til sin krop og til omgivelserne på en ny måde.

# Pleje af stomi

## Bandage

Når du skal hjælpe borgeren med at skifte eller tømme *stomipose* (bandage), skal du samarbejde med borgeren. Her skal du først finde ud af, hvordan han eller hun selv har klaret plejen af stomien tidligere.

Hvis borgeren har haft sin stomi længe, kan du lære meget af ham ved at lade ham vise og fortælle om sin stomi. Borgeren kan også fortælle om den type poser, han bruger.

Hvis borgeren derimod er nyopereret og lige er kommet hjem med sin stomi, må du gå forsigtigere til værks. Borgeren er sikkert psykisk påvirket af sin nye tilstand. Du skal altid have vejledning, før du selv skifter en stomipose første gang. Det gælder især, hvis borgeren er opereret for nylig.

## Huden omkring stomien

### SKIFTNING AF STOMIPOSE

Når man plejer en stomi, handler det overordnet om at rengøre stedet, hvor stomien sidder. Huden omkring stomien skal også holdes hel og ren.

Den brugte stomipose skal fjernes og huden renses, før en ny stomipose sættes på.

### HVAD SKAL DU BRUGE?

- Handsker
- Affaldspose
- Toilettepapir eller andet blødt papir
- Lunkent vand
- Bløde klude eller vat
- Håndklæde
- Saks
- Stomipose
- Eventuelt et spejl

### SÅDAN GØR DU – ET EKSEMPEL (ENDELS - BANDAGE)

- Sprit hænderne.
- Gør klar fx på badeværelset foran spejlet.
- Klip hullet i posen til så den passer til stomien (brug skabelon), og læg posen et lunt sted fx på borgerens hud.
- Tag handsker på.
- Lad borgeren følge med i spejlet.
- Fjern forsigtigt borgerens stomipose oppefra og nedefter, mens du holder igen på huden.
- Smid stomiposen i affaldsposen, efter du har lukket den omkring hullet.

**Stomiposer:** forskellige specielle plastposer eller bandager, der er designede til stomier fx: – endels-bandager, der er poser med indbyggede hudvenlige plader – todels-bandager med plader og poser der sættes sammen ved hjælp af en koblingsring i plast – og tømbar bandager. Se mere på producenternes hjemmesider fx Coloplast eller ConvaTec.

- Fjern afføring fra stomien med blødt papir.
- Vask huden omkring stomien med vat og lunkent vand. Vask udefra og indefter mod stomien (det reneste først).
- Dup forsigtigt huden helt tør.
- Tilpas hullets størrelse.
- Sæt ny pose på nedefra og opefter.
- Tjek til sidst, at posen sidder glat og tæt ved at stryge en finger på posen rundt om stomien.
- Oprydning og håndhygiejne (både borgerens og dine hænder).

#### **GODE RÅD:**

- Pas på huden, når du tager den brugte pose af – huden er sart, fordi posen trækker i det øverste hudlag. Huden bliver derfor let irriteret.
- Hvis der sidder rester af klæbematerialet på huden, kan du nulre det forsigtigt af (brug aldrig rensbenzin eller lignende).
- Undgå sæbe omkring stomien, den affedter og irriterer huden.
- Undgå hudlotion med mindre det er en speciel lotion til stomipleje, som skal lufttørre, før posen hæftes på.
- Stomiens størrelse kan ændre form i starten, og hullet i posen skal derfor tilpasses jævnlige.

#### **Observationer ved stomi**

- Stomiens udseende: størrelsen ændres med tiden. Hvis formen eller farven på stomien ændrer sig, skal du rapportere det til den ansvarlige for plejen.
- Hudens udseende: fx rød, irriteret, væskende, hævet hud rapporteres til den ansvarlige for plejen.
- Smerter fra huden omkring stomien: skal rapporteres til den ansvarlige for plejen.
- Posens indhold: normalt er afføringen tynd ved en ileostomi. (tyndtarmsstomi), og fastere afføring ved kolostomi (tyktarmsstomi). Hvis borgeren får forstoppelse eller slem diarré, skal du rapportere det til den ansvarlige for plejen.