**Råd till föräldrar med stomiopererade späd- och lekålders barn**

**Stomi**

Stomi är en kirurgiskt anlagd öppning i bukväggen, genom vilken tarmen förs ut. Genom denna öppning töms avföring/urin oberoende av viljan. Stomin kan antingen vara bestående eller tillfällig.

Läkaren klargör för er varför ert barn har fått stomi och hurudan det är frågan om. Skötselråd ger stomiskötaren och skötarna på avdelningen.

**Stomivård**

En välmående stomi är röd och fuktig. Följ med stomins färg och storlek. Den kan till en början vara svullen, men svullnaden minskar efter någon vecka. Det är viktigt att hålla **huden ren och välmående**. Hålet i plattan skall vara lagom stort. På så vis förebyggs möjliga hudproblem och gör att stomibandaget hålls tätt. Hantering av stomin kan orsaka en **ofarlig liten blödning** från slemhinnan.

**Byte av stomibandage**

* Plocka fram allt material som behövs inom räckhåll.
* Klipp- eller forma färdigt till hålet i det nya stomibandagets hudplatta.
* Avlägsna det gamla bandaget försiktigt, stöd huden med andra handens fingrar. För att underlätta borttagningen kan limborttagningsspray eller -savett användas.
* Det använda stomibandaget sätts i brännbart avfall.
* Stomin och huden kring rengörs med vatten.
* Möjliga tätningsrester kan avlägsnas med hjälp av limborttagningsspray eller –savett.
* Huden kring stomin torkas ordentligt med en mjuk handduk eller papper.
* Undvik att gnugga och skrapa huden.
* Fäst det nya stomibandaget omsorgsfullt. Det fäster bättre om hudplattan värms mellan händerna före.
* Hur ofta stomibandaget byts, beror på modellen.
* Följ direktiven från stomiskötaren.
* Stomiskötaren informerar om varifrån stomimaterialet fås.

**Kosten och tarmfunktionen**

**Individualitet**

Kosten beror på barnets ålder. Ett stomi opererat barn kan äta vanlig, mångsidig mat. Att äta mångsidigt och regelbundet hjälper tarmen att fungera regelbundet. Erbjud barnet flera små måltider per dag och det är viktigt med ett tillräckligt vätskeintag. Vilken mat som passar är mycket individuellt.

**Speciella drag**

Tunntarmsavföringen är oftast lös, ibland även rinnig. Mängden avföring är ganska stor. Barnet kan därför drabbas av vätske- och saltbrist. Det är viktigt med tillräcklig mängd vätska och salt. Specifika direktiv fås från vårdpersonalen.

Det som för barn i lekåldern kan orsaka vattniga och rikliga avföringsmängder är; industriellt framställda apelsinsafter, rikligt intag av fullkornsprodukter, råa grönsaker, frukter, socker, xylitol och sorbitol.

**Diarrè**

Vid diarrè ökar avföringsmängden och blir vattnigare. Diarrè kan orsakas av många olika saker och kan även innefatta uppkastningar. Barnet kan utveckla störningar i vätskebalansen, tecken på det är tex insjunken fontanell, svaghet, matthet, trötthet, illamående, mörkare urin och minskad urinmängd. Uppsök då vård omedelbart.

Erbjud barnet i lekåldern mycket att dricka, vanlig mat och ge vb Osmosal lösning från apoteket, det stabiliserar störningar i vätskebalansen.

**Tarmstopp**

Problem med tarmtömningen eller tarmstopp kan för lite större barn orsakas av för dåligt tuggad mat, skal från grönsaker och frukter, frön och långa fibrer, segt kött, grovt rivna grönsaker och popcorn. Skala frukter och pressa juice av citrusfrukterna. Från kött kan hinnor avlägsnas och riv rotfrukter /grönsaker tillräckligt smått. Betona vikten av att tugga maten bra och äta lite mindre portioner men oftare.

Tecken på tarmstopp kan vara att ingen avföring kommer från stomin, buken är uppdriven, uppkastningar och krampande magsmärtor. Då behöver man kontakta vården omedelbart.

**Luftbesvär**

Födoämnen som kan orsaka luftbesvär är tex följande; råa äpplen, ärter, bönor, kål, kålrot, lök, paprika, tuggummi, pastiller, färskt rågbröd och bulla samt kolsyrade drycker och användning av napp.

**Tips och råd:**

* Stomin är inget hinder för att bada, basta och simma. I bastun skyddas stomibandaget med en handduk, detta för att inte den heta stomipåsen skall bränna tarmens slemhinna.
* Ifall huden kring stomin är **riktigt** torr kan det användas en lätt fuktsalva, som sugs bra upp i huden.
* Luftbad lugnar huden kring stomin, samma gäller en varm dusch.
* Ifall **huden** är **irriterad eller det är problem med att få bandaget att hålla tätt**, ta kontakt med stomiskötaren.
* Tätningspasta eller -ring kan användas vid behov, ifall extra tätning behövs.
* Det är bra att undvika kläder som spänner över och skaver på stomin , så att inte den känsliga tarmslemhinnan skadas. En body eller sparkdräkt kan hindra barnet från att dra i stomibandaget.
* Stomin hindrar inte barnet från att ligga på mage.
* Stomibandage och tillbehör förvaras i rumstemperatur och skyddat för direkt solljus.
* Det är bra att ha stomimaterial hemma för ca 3 veckor.
* Vid resa, skall man även packa med stomibandage och tillbehör i handbagaget.

**Socialskydd**

Den allmänna social- och hälsovårdslagstiftningen gäller även stomiopererade barn. Dessa saker har ni möjlighet att diskutera med socialskötaren.

Stomiskötaren gör materialremiss på stomimaterialet till den egna materialutdelningen och tar vb kontakt med barnrådgivningen. Då ni far hem får ni med stomimaterial så det räcker tills ni får mera från materialutdelningen.

**Finnilco ry** är den nationella föreningen för stomi- och motsvarande opererade samt för analinkontinens patienter [www.finnilco.fi](http://www.finnilco.fi)

**Kontaktuppgifter till stomiskötaren:**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_