**Рекомендации для родителей по уходу за ребенком со стомой**

**Стома**

Стома это выведение хирургическим путем на переднюю брюшную стенку отверстие кишки (или кишек), предназначенного для отведения содержимого кишечника или мочи. Стома не имеет замыкательного аппарата, поэтому процесс опорожнения невозможно контролировать. Стома может быть постоянной или временной.

Врач объяснит вам почему вашему ребенку сделали операцию по выведению стомы и какой вид стомы у вашего ребенка. Рекомендации и советы по уходу за стомой вы получите от медицинского персонала, а также от специалиста по уходу за стомой.

**Уход за стомой**

Здоровая стома имеет красно-розовый цвет и слизистая оболочка стомы влажная. За размером и цветом стомы следует следить регулярно. После операции стома обычно отечна, но в течении нескольких недель отек спадет. Очень важно следить **за чистотой и состоянием кожи вокруг стомы.** Отверстие, вырезанное в калоприемнике/уроприемнике, должно соответствовать форме и размеру стомы. Так можно предотвратить и избежать возможные раздражения на коже и повлиять на фиксацию калоприемника/уроприемника. Во время ухода за стомой, слизистая оболочка может немного кровоточить, это нормально и не опасно. Стома лишена болевых нервных окончаний, поэтому боль не чувствуется.

**Смена калоприемника/уроприемника**

* Перед тем, как производить замену калоприемника/уроприемника, приготовьте все необходимое
* Вырежьте на клеевой (адгезивной) пластине отверстие, соответствующее форме и размеру стомы. При использовании пластины с моделируемым отверстием, раскатайте адгезивный слой пальцами настолько, чтобы отверстие соответствовало размеру стомы
* Снимите использованный калоприемник/уроприемник осторожно сверху вниз, при этом натягивая кожу у стомы другой рукой. При снятии калоприемника/уроприемника можно использовать очиститель для удаления адгезивов в виде спрея или салфеток
* Использованный калоприемник/уроприемник следует поместить в пакет и утилизировать с бытовыми отходами
* Стому и кожу вокруг нее промойте водой
* Если на коже остались остатки клеевой пластины, защитного кольца или пасты, их можно удалить используя очиститель для удаления адгезивов в виде салфеток
* Кожу вокруг стому необходимо просушить мягким полотенцем или марлевой салфеткой.
* Старайтесь избегать лишнего трения и чесания кожи вокруг стомы
* Перед наклеиванием калоприемника/уроприемника согрейте клеевую пластину между ладонями или под мышкой. При фиксации клеевой пластины, будьте осторожны и внимательны
* Частота смены калоприемника/уроприемника индивидуальна. Срок использования калоприемника/уроприемника зависит от его типа (однокомпонентный/двухкомпонентный), особенностей кожи вокруг стомы и других причин
* Следуйте рекомендациям и советам, данные вам специалистом по уходу за стомой
* Специалист по уходу за стомой расскажет вам, где вы сможете получить средства по уходу за стомой и необходимые вам аксессуары

**Питание и работа кишечника**

**Индивидуальный подход**

Рацион питания должен соответствовать возрасту ребёнка. Ребёнок со стомой может есть обычную разнообразную пищу. Режим питания и разнообразие пищи помогут кишечнику функционировать регулярно. Рекомендуется есть часто и небольшими порциями, а также следить за достаточным употреблением жидкости в течения дня. Следует подходить индивидуально к подбору продуктов питания для ребёнка со стомой.

При илеостоме стул чаще всего жидкий (иногда водянистый) и выделения кишечника достаточно обильные. Это может привести к обезвоживанию детского организма и нарушению водно-солевого баланса. Следует употреблять достаточное количество жидкости и соли. Индивидуальные рекомендации вы получите от медицинского персонала.

Жидкий и обильный стул у детей могут также вызывать: употребление промышленных апельсиновых соков, чрезмерное употребление цельного зерна, сырых овощей, фруктов, сахара, ксилита и сорбита.

**Диарея (понос)**

При диарее, выделения кишечника увеличиваются и стул становится жидким. Причины поноса могут быть разнообразны, понос может сопровождаться также рвотой. Это может привести к обезвоживанию детского организма. Симптомами обезвоживания у ребёнка являются деформация родничка, слабость, вялость, усталость, тошнота, потемнение мочи и снижение частоты мочеиспускания. При этих симптомах следует немедленно обратиться к врачу.

Давайте ребёнку обильное количество жидкости, нормальную пищу и при необходимости вы можете приобрести в аптеке раствор Osmosal, который поможет восстановить водно-солевой баланс в организме.

**Кишечная непроходимость**

Прекращением или нарушением прохождения содержимого по кишечнику может стать, например плохо пережёванная пища, кожура овощей и фруктов, семена и продукты, содержащие большое количество клетчатки, жесткое мясо, сырые овощи, потертые на крупной терке и попкорн. Рекомендуется удалять с мяса плёнку, также овощи и корнеплоды тереть на мелкой терке. Напоминайте ребенку тщательно пережевывать пищу и кушать маленькими порциями в течения дня, но часто.

Симптомами кишечной непроходимости могут быть прекращение опорожнения кишечника, вздутие живота, рвота и схваткообразная боль в области живота. В этих случаях следует незамедлительно обратится к лечащему врачу или больницу.

**Избыточное скопление газов в желудочно-кишечном тракте**

Употребление в пищу следующих продуктов: свежее яблоко, горох, бобовые культуры, капуста, лук, редька, паприка, свежий ржаной хлеб и булка, а также сильногазированные напитки, могут вызывать повышенное газообразование. Жевание жвачки, сосание леденцов и соски могут также увеличить образование газов.

**Практические советы**

* С калоприемником/уроприемником ребенка можно купать в ванне, плавать, а также посещать сауну. При посещении сауны приложите к калоприемнику/уроприемнику влажное полотенце, чтобы при нагревании мешок не повредил слизистую оболочку стомы.
* Если кожа вокруг стомы выглядит **очень** сухой, можете воспользоваться быстро впитывающим увлажняющим кремом.
* Промывание кожи вокруг стомы теплой водой, а также принятие воздушных ванн, помогут снять легкое раздражение и успокоить кожу.
* Если вы заметите раздражение или покраснение на коже вокруг стомы или у вас появились проблемы с фиксацией калоприемника/уроприемника, обратитесь к специалисту по уходу за стомой.
* С помощью пасты или защитных колец, вы сможете защитить кожу и улучшить фиксацию калоприемника/уроприемника.
* Избегайте тесную и сдавливающую одежду в области стомы, слизистая оболочка может легко повредится. Боди или комбинезоны помогут избежать лишнего прикосновения ребенка руками к калоприемнику/уроприемнику.
* Ребенок со стомой может спать также на животе.
* Средства по уходу за стомой следует хранить при комнатной температуре и защищать от прямого попадания солнечных лучей.
* Следите за тем, чтобы у вас имелось в наличии дома достаточное количество калоприемников/уроприемников и средств по уходу за стомой (примерно на 3 недели).
* При полетах на самолетах, упакуйте калоприемники/уроприемники и необходимые аксессуары для их замены в ручную кладь.

**Социальное обеспечение**

Социальное и медицинское законодательство распространяется также на стомированных детей. По этим вопросам у вас есть возможность обратится к социальному работнику.

При выписке из больницы специалист по уходу за стомой расскажет вам, где вы сможете получить средства по уходу за стомой и объявит в пункт выдачи (hoitotarvikejakelu) о нужных вам принадлежностях. При необходимости медперсонал свяжется также с детской поликлиникой. Вы получите при выписке из больницы столько средств по уходу за стомой, сколько вам потребуется до того, как вы получите их из пункта выдачи (hoitotarvikejakelu).

**Finnilco ry** общенациональная ассоциация для стомированных пациентов, а также пациентов страдающих анальным недержанием [www.finnilco.fi](http://www.finnilco.fi)

**Контакт для связи со специалистом по уходу за стомой:**

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