

Ohjeita ohutsuoliavanneleikatulle

Ohutsuoliavanne - Ileostooma

Ohutsuoliavanne tehdään sairauden, tapaturman tai muun syyn takia. Avanne voi olla pysyvä tai väliaikainen. Tavallisesti se sijaitsee oikealla puolella vatsaa. Leikkauksessa ohutsuoli nostetaan vatsanpeitteiden läpi ja ommellaan kiinni iholle. Avanne toimii tahdosta riippumatta. Toiminta alkaa yleensä puoli – puolitoista tuntia ruokailusta ja erite on löysää. Määrä on yksilöllinen. Normaalisti 0.5-1.5l/vrk.

Avanteen hoito

Hyvinvoiva avanne on punertava ja kostea. Avanteen kokoa ja väriä tulee seurata. Avanne voi aluksi olla turvoksissa, mutta tämä vähenee muutaman viikon kuluessa. Avanteen hoidossa on tärkeää huolehtia **ihon puhtaudesta ja kunnosta**. Sidoksen aukon on oltava oikean kokoinen. Näin ennaltaehkäistään mahdollisia iho-ongelmia ja vaikutetaan avannesidoksen pysymiseen. Avanteen käsittely voi aiheuttaa vähäistä, **vaaratonta verenvuotoa** suolen herkältä ja tunnottomalta limakalvolta.

Avannesidoksen vaihto

Tarvittavat välineet varataan käden ulottuville

Leikattavaan sidokseen tehdään aukko valmiiksi. Muotoiltavan sidosten aukko valmistellaan ennen paikalleen laittamista

Iholla oleva avannesidos irrotetaan varovasti toisella kädellä ihoa tukien. Irrottamisen apuna voi käyttää poistosuihketta tai –pyyhettä

Käytetty avannesidos hävitetään sekajätteiden mukana

Avanne ja sitä ympäröivä iho puhdistetaan vedellä

Mahdolliset sidos-/tiivistejämmät voi tarvittaessa puhdistaa poistosuihkeella tai –pyyhkeellä

Iho kuivataan huolellisesti pehmeällä pyyhkeellä tai paperilla

Ihon hankaamista ja raapimista tulee välttää



Uusi sidos kiinnitetään iholle huolellisesti. Sidos kiinnittyy paremmin, jos sitä lämmitetään käsien välissä ennen paikalleen asettamista

Sidoksen vaihtoväli on yksilöllinen sidosmallista riippuen

Noudata avannehoitajalta saamiasi ohjeita.

Avannehoitaja kertoo sinulle avannetarvikkeiden saatavuuden

Ruokavalio

Syö monipuolisesti ja säännöllisesti normaalia sinulle sopivaa ruokaa. Aterioi rauhallisesti ja pureskele ruoka huolellisesti. Nämä tasapainottavat suolen toimintaa. Elimistön nestetasapainosta pitää huolehtia. Nesteitä tulee juoda ainakin **1,5-2 litraa** vuorokaudessa. Ohutsuoliavanteen eritteen mukana elimistöstä poistuu natriumia, joka voidaan korvata mm. suolapitoisella ruualla tai lisäämällä ruokaan suolaa. Nestetasapainohäiriön oireina ovat väsymys, pahoinvointi, heikotus, suonenveto ja pienentyneet virtsamäärät.

Harrastukset, liikunta, paluu työelämään

Avanne ei ole este harrastuksille eikä työhön paluulle. Liikunta on suotavaa fyysisen kunnon ylläpitämisen kannalta.

Leikkauksen jälkeiset yksilölliset ohjeet saat hoitopaikastasi.

Avannehoitajan opastuksella löydät sopivat avannesidokset ja mahdolliset tarvittavat tukitekstiilit.

Seksuaalisuus

Seksuaalisuus on osa ihmisen elämää. Avanne ei ole este sukupuolielämälle. Sairaus, sen vuoksi tehty leikkaus ja mahdolliset liitännäishoidot voivat aiheuttaa muutoksia kehoon ja seksuaalitoimintoihin. Mahdollisista ongelmista kannattaa rohkeasti puhua lääkärin tai avannehoitajan kanssa.

Potilasyhdistys

Finnilco ry on valtakunnallinen järjestö avanne- ja vastaavasti leikatuille ja anaali-inkontinenssi potilaille www.finnilco.fi



Sosiaaliturvaan liittyvissä asioissa, kuten esimerkiksi kotiapu ja maksuasiat, voi keskustella sairaalaan sosiaalityöntekijän kanssa

Vinkit ja vihjeet:

- Avanne ei estä saunomista ja uimista. Löylyssä suojaa avannesidos pyyhkeellä, ettei pussi kuumetessaan polta suolen limakalvoa.
- Avannetta ympäröivän ihon ollessa **erittäin** kuiva, voit käyttää hyvin imeytyvää kevyttä kosteusvoidetta.
- Avannesidos on **aina** vaihdettava uuteen, jos uloste on päässyt levyn alle.
- Ilmakylvyt rauhoittavat avanteen seudun ihoa, samoin suihkuttelu lämpimällä vedellä.
- Jos **iho on ärtynyt tai avannesidoksen pysyvyydessä on ongelmia**, ota yhteys avannehoitajaan.
- Tiivistepastan tai -renkaan avulla voit tarvittaessa parantaa avannesidoksen pysyvyyttä.
- Avanteen ympäriltä on hyvä poistaa ihokarvat säännöllisesti.
- Pidä aina mukana varasidos - ja puhdistustarvikkeita.
- Sidostarvikkeet säilytetään huoneenlämmössä ja suojataan suoralta auringon valolta.
- Avannesidoksen merkki ja koko on hyvä muistaa.
- Avannetarvikkeita on hyvä olla kotona noin kolmen viikon tarve

- Matkustaessasi varaa avannetarvikkeita myös käsimatkatavaroihin. Matkustamista varten kysy avannepassissa omalta avannehoitajalta tai Finnilco ry:ltä www.finnilco.fi

Avannehoitajan yhteystiedot:
