

# COMO CAMBIAR SU BARRERA PROTECTORA DE LA PIEL DE UNA OSTOMÍA DE 2 PIEZAS

## ***TRANSCRIPCIÓN (página 1 de 2)***

Para mantener su Ostomía funcionando bien y prevenir molestias e infecciones, se debe cambiar de manera regular su barrera protectora de la piel cada 3 a 5 días si usted tiene una Ileostomía y cada 7 a 10 días si tiene una Colostomía.

Sin embargo, si usted ve cualquier fuga, siente ardor o picazón en la piel alrededor de la bolsa o siente que su bolsa no se pega a su piel, cambie la barrera protectora de la piel de inmediato.

El mejor momento para cambiar la barrera protectora de la piel es cuando su Estoma está menos activo generalmente en la mañana antes de comer o 2 horas después de comer.

Cuando cambie la barrera protectora de la piel, siga siempre las instrucciones específicas proporcionadas por su proveedor de atención médica o por la enfermera de cuidado de Ostomía. Aquí están algunas cosas para mantener en cuenta.

Tener todos sus suministros listos incluyendo: una nueva bolsa y la barrera protectora de la piel, una toallita y jabón o toallitas húmedas, un patrón de medidas para medir su Estoma, tijeras, una pequeña bolsa de plástico y cualquiera de los productos de protección de la piel que usted pueda usar.

Retire la antigua barrera protectora de la piel y la bolsa. Usted puede encontrar un removedor de adhesivo o una toalla de papel húmeda que le ayude a remover más fácilmente la barrera de la piel. Deseche la bolsa vieja en una bolsa de plástico pequeña. En este punto, tómese un momento para examinar su Estoma en busca de cualquier cambio. Su Estoma debe estar rojo y húmedo, como el interior de su boca. Además, revise la piel alrededor del Estoma en busca de cualquier enrojecimiento o irritación.

Después, limpie el área alrededor de su Estoma con agua tibia y jabón. No use jabones o lociones con aceites o perfumes porque pueden irritar su piel. No utilice toallitas húmedas que contengan aceite, crema hidratante o alcohol. Seque suavemente la piel.

A medida que su Estoma se cura de la cirugía, se hará más pequeño y con el tiempo puede cambiar. Para evitar fugas, es importante asegurarse de que su bolsa siempre quede bien ajustada alrededor del Estoma.

*(Continúa en la siguiente página)*

# COMO CAMBIAR SU BARRERA PROTECTORA DE LA PIEL DE UNA OSTOMÍA DE 2 PIEZAS

## ***TRANSCRIPCIÓN (página 2 de 2)***

Use el patrón de medidas para hallar el tamaño de abertura correcto que usted necesitará. Para hacer esto mantenga el patrón lo más cerca posible del borde del Estoma donde éste se une con su piel. Ahora, alinear el patrón con las líneas de corte en su nueva adhesión. Corte la abertura cuidadosamente a lo largo de la línea que mejor se adapte al tamaño de su Estoma.

Verifique de nuevo el tamaño de la abertura por encima de su Estoma. Si no se ajusta a lo largo del borde del Estoma, vuelva a cortar e intételo de nuevo. Es importante lograr un buen ajuste para evitar fugas e infecciones.

Retire la cubierta de la parte posterior de la brida. Usted puede optar por usar una crema de barrera protectora de la piel para crear un mejor sellado. Si lo hace, aplique un anillo de crema de barrera en la parte posterior de la abertura de la nueva bolsa. Centre la abertura sobre su estoma.

Fijar la adhesión primero a su piel. Presione hacia abajo todos lados durante 30 a 60 segundos, para asegurar que permanecerá en su lugar. Fije la bolsa en el soporte. Cerciórese de que está bien sellada para evitar fugas.

Usted puede querer escribir la fecha en el papel de la parte de atrás para recordar cuándo cambiar su próxima bolsa. Puede usarlo como guía para saber cuándo cambiar su bolsa de nuevo.

Cambiar la barrera protectora de la piel puede tomar algún tiempo al principio.

*"La ayuda que usted pueda recibir de cualquier persona cuando empieza a hacerlo, acéptela."*

Pero cuanto más lo haga, más fácil será.

*"Se facilita cada vez más. Ahora cambiar mi bolsa es como una segunda naturaleza."*

Si usted tiene alguna pregunta sobre cómo cambiar su bolsa, hable con su proveedor de atención médica o su enfermera de cuidado de Ostomía. Ellos están ahí para ayudarle y le pueden brindar consejos de cómo cambiar fácilmente la barrera de la piel y de una manera más cómoda para usted.