

Su cuidado en casa: Cuidado de la colostomía

Narrador

Al salir del hospital después de la colostomía, es probable que tenga muchas preguntas. El vivir con una colostomía puede representar un gran ajuste. Es posible que lo ayude mucho si aprende más sobre cómo funciona la colostomía y como cuidarla en casa. Mi amigo y yo lo vamos a ayudar.

Una colostomía es una abertura que drena las evacuaciones o heces de su intestino grueso, a una bolsa que se pone en el cuerpo. La abertura, llamada estoma, normalmente se hace en el lado izquierdo del abdomen. Hay dos tipos de estomas, temporal y permanente. Una colostomía permanente está normalmente en la parte baja de su intestino grueso. Las heces que se acumulan en la bolsa, deben estar bien formadas con este tipo de colostomía. Una colostomía temporal está un poco más alta, y tiene la abertura en la parte media superior del abdomen. Debido a que no está muy alejada de su sistema digestivo, es posible que sus evacuaciones estén menos formadas que las que las de una colostomía permanente.

Hay varios tipos distintos de bolsas para la colostomía, la bolsa donde se acumula la materia fecal. Su doctor o enfermera le ayudará a decidir lo que es mejor para usted, según su colostomía, su estilo de vida y lo que su seguro va a cubrir. Las bolsas para la colostomía pueden ser abiertas (para poder vaciarlas) o cerradas (que no se pueden vaciar). Las bolsas “vaciables” se pueden vaciar y usar otra vez, pero con el tiempo, va a tener que reemplazarlas. Las bolsas cerradas se deben cambiar normalmente a diario.

Una vez al día, más o menos, va a tener que limpiar la materia fecal de su bolsa. Si puede vaciar la bolsa, lo hará en el inodoro. Si la bolsa es cerrada, va a tirarla a la basura, o la volverá a usar. Debe vaciar la bolsa que se puede vaciar antes de que se llene una tercera parte. Sostenga la bolsa sobre el inodoro y quite el clip, si tiene uno, pero no lo tire a la basura. Ahora, dele vuelta a la lengüeta de la bolsa para que quede al revés y vacíela apretando de arriba hacia abajo. Con el dedo envuelto en papel higiénico, límpiela de afuera hacia adentro, asegurándose que la parte de afuera de la lengüeta de la bolsa está limpia. Voltee la bolsa al derecho, y vuelva a poner el clip o la tira de Velcro para cerrarla.

Recuerde, las bolsas de una pieza se deben reemplazar entre y cinco días, o como lo indique su doctor o enfermera, pero si prefiere puede cambiarla a diario. Las bolsas que no se pueden vaciar, se cambian a diario, lo normal es después de cada evacuación. Usted decide si vaciar o no la bolsa antes de tirarla a la basura.

Para tirar una bolsa cerrada, debe ponerla en dos bolsas de plástico y tirarla a la basura. Nunca debe tirar en el inodoro la bolsa, ya que puede tapar el inodoro. Ahora, vamos a hablar sobre la manera de volver a colocar una bolsa de colostomía. Es posible que su bolsa sea de una pieza, que se conecta al cuerpo como una unidad. O es posible que sea una bolsa de dos piezas, con un lado adhesivo que se pega al cuerpo y otra pieza que se conecta a esta parte adhesiva.

Antes de empezar, debe juntar su material, incluido un basurero, dos bolsas de plástico y el material de protección para la piel. Mida y corte el material de protección para la piel, para que quede sobre el estoma, si necesita ponerlo a la medida. Las bolsas se colocan de la misma manera, ya sea bolsa de una pieza que se pueda vaciar o no se pueda vaciar. Primero, corte o moldee la abertura para que esté a la medida del estoma, o use una bolsa pre-medida y después asegúrese que quita el material protector de la protección. Si está usando una bolsa que se puede vaciar, asegúrese que está cerrada antes de ponérsela. Limpie su piel, séquela bien y coloque la bolsa empezando de abajo hacia arriba. Detenga la protección con las manos por unos 45 segundos, para asegurarse que la protección se moldee y se adhiere bien a la piel. ¡Esto es todo!

Ahora, veamos cómo se coloca una bolsa de dos piezas. No importa si la bolsa se puede vaciar o no, funcionan de la misma manera. Asegúrese de que si usa una bolsa que se puede vaciar, que la parte de abajo de la bolsa nueva, esté cerrada antes de ponérsela. Ahora, corte o moldee la abertura para que le

quede al estoma, o use la bolsa pre-medida y después quite la membrana protectora de la protección para la piel. Puede usar el dedo para suavizar la abertura y para emparejarla.

Después, con la piel limpia y seca, coloque la protección, deslizando su dedo por todo alrededor de la protección para la piel, cerca de la abertura, para asegurarse que se sella. Coloque la bolsa en la protección, empezando de abajo, hacia arriba. Presione su mano contra la protección por 45 segundos, para moldearla a su piel. Después abroche la punta de la bolsa para confirmar que las dos partes están aseguradas.

También debemos mencionar la irrigación. Si su colostomía está más abajo en el intestino, es posible que requiera de irrigación para facilitar sus evacuaciones. La irrigación enjuaga el intestino con agua para aflojar la materia fecal. Pregúntele a la enfermera o al doctor si no entiende esto. También, llame a su doctor si tiene:

- Dolor abdominal, náusea, estreñimiento severo o diarrea
- Fiebre de 101 F, o más alta (38 C)
- Aumento de sangrado de la abertura de la colostomía, es normal que tenga un poco de sangre, pero no más
- También debe llamar si se le irrita la piel

Es probable que tenga muchas preguntas sobre cómo vivir con una colostomía. Antes de que lo den de alta del hospital, pida que le den el nombre de alguien que lo pueda asistir en casa para que se pueda acostumbrar. La mayoría de los seguros deben cubrir una o dos citas de control.