

Ileostomía: Cómo cuidar su estoma

Usted necesita cuidar su estoma y la piel que lo rodea (piel periestoma) Eso significa mantener el estoma y la piel limpios. También significa proteger la piel de la humedad y el contacto con las heces. Esto ayuda a prevenir los problemas y el olor de la piel.

Controle el estoma.

Controle el estoma y la piel a su alrededor cada vez que cambie la bolsa. Párese frente a un espejo o use un espejo de mano para que pueda ver por completo alrededor del estoma. Debería verse brillante, húmeda, y de color rosado oscuro o rojo. La piel que rodea al estoma debe estar lisa, sin enrojecimiento ni áreas de agrietamiento .

Limpiar alrededor del estoma

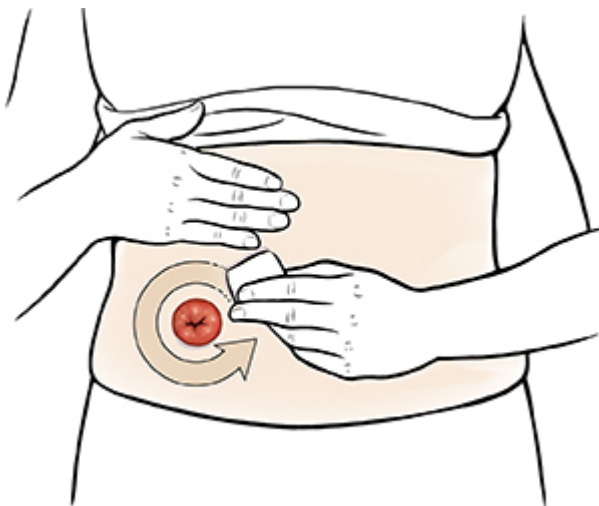
Limpie alrededor del estoma con agua tibia y un paño suave cada vez que cambie la bolsa. El agua no daña el estoma.

- No hay nervios en el estoma, así que no hay sensibilidad. Pero asegúrese de limpiar y secar el estoma suavemente. Podría lesionar el estoma sin saberlo.
- El estoma puede sangrar un poco cuando lo limpia. Eso se debe a que hay pequeños vasos sanguíneos en el tejido.

Proteja la piel que rodea el estoma

Para que la bolsa se adhiera bien, la piel alrededor del estoma debe estar seca y lisa. Si la piel está húmeda o irregular, es más probable que la bolsa tenga fugas. Una bolsa con fugas irritará la piel. Eso se debe a que los jugos digestivos degradan la piel de la misma manera que degradan los alimentos. Una bolsa con fugas también puede causar olor.

- Para ayudar a mantener la piel sana, seque con palmaditas después de lavarla.
- Si lo desea, aplique una barrera adicional para la piel, como una toallita, antes de colocar una nueva bolsa. Esto ayuda a proteger la piel si las heces y los jugos digestivos se filtran alrededor de la bolsa.



Causas frecuentes de problemas cutáneos

- Una bolsa con fugas puede provocar enrojecimiento y exudación de la piel. Use una guía de medición para verificar que la abertura de la bolsa es del tamaño correcto.
- El vello debajo de la bolsa puede provocar inflamación de la piel. Para evitar esto, afeite el vello alrededor del estoma con una máquina de afeitar eléctrica. Afeite siempre desde el estoma hacia afuera.
- Las alergias a las barreras cutáneas pueden provocar picazón, ardor o escozor en la piel. Es posible que deba probar una nueva barrera cutánea o cambiar a un nuevo tipo de bolsa.
- Las infecciones por levaduras pueden provocar enrojecimiento y picazón en la piel. La sudoración debajo de la bolsa hace que estas infecciones sean más probables. Una cubierta para la bolsa puede ayudar a mantener la piel seca.

Consulte a su proveedor de atención médica.

Comuníquese con su enfermero de WOC (herida [wound], ostomía y continencia) u otro proveedor de atención médica si:

- La piel que rodea el estoma muestra enrojecimiento, exudación, sangrado o agrietamiento.
- La piel alrededor del estoma presenta picazón, ardor, escozor o tiene manchas blancas.
- El estoma se hincha, cambia de color o sangra ligeramente. Si hay una gran cantidad de sangrado, **llame al 911** de inmediato.
- El estoma se nivela con la piel o se hunde por debajo de ella, o sobresale más de lo normal.