

روش جراحی استومی معکوس

جراحی بازگرداندن استومی، از جراحی ایجاد آن آسانتر است، بنابراین نگران نباشید. اگر در زمان جراحی استومی، موقت بودن آن مشخص باشد، جراح استومی را فقط با یک برش کوچک انجام میدهد. بنابراین برای بازگرداندن آن به داخل بدن برش زیادی لازم نیست و معمولاً اسکار کمتری از استومی بر جای میگذارد. مدت زمان بستری پس از بازگرداندن استومی نیز حدود ۳ الی ۴ روز است. بعضی مراقبتها موجب بهبودی سریعتر شده و از ایجاد مشکلات بعد از جراحی پیشگیری میکنند. در استومی لویی، قطعه خارج شده به داخل بدن بازگردانده شده و بخیه میخورد. اگر یک انتهای استوما داخل بدن باشد، مانند کلستومی، جراحی پیچیده تری نیاز است.

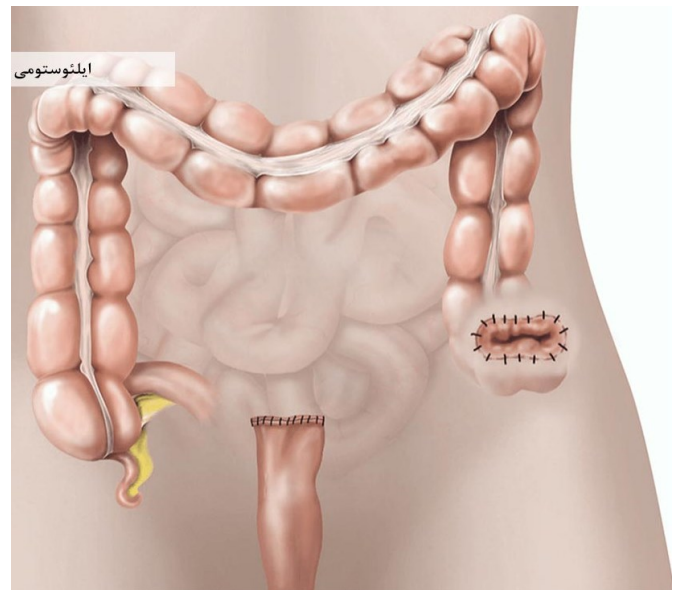
پس از جراحی استومی معکوس

- بی اختیاری پس از این جراحی یکی از عوارض شایع است. بی اختیاری از چند روز تا چند هفته ممکن است ادامه داشته باشد. مدت زمان بهبودی بعد از عمل به نوع جراحی و مدت استومی مربوط است. وقتی روده از مسیر اصلی خود منحرف میشود، چند روز تا چند هفته طول میکشد تا بتواند به شرایط عادی بازگردد. برخی افراد بعد از جراحی باید به دفعات بیشتری به دستشویی بروند. برخی دچار بی اختیاری میشوند.
- با انجام یک سری از کارها قبل از جراحی میتوان مدت دوران نقاهت را کاهش داد. اگر از انجام جراحی بازگرداندن استومی در آینده، مطلع هستید باید تمرین های خاصی برای کمک به قدرت کنترل خود انجام دهید. این تمرینات کف لگنی نام دارند. بهتر است روزی چند بار تمرینها را انجام دهید. انجام تمرینات عضلانی پیش از عمل، موجب میشود زودتر اختیار دفع را به دست بیاورید.
- گاهی در محل استومی تورم و در نتیجه تنگی روده ایجاد میشود. در صورت مشاهده تورم غیر طبیعی یا استفراغ به پزشک خود مراجعه کنید.

استومی چیست؟

استومی نوعی جراحی است که طی آن بخشی از لوله گوارشی یا دفعی از طریق ایجاد یک سوراخ به سطح پوست متصل میشود. استومی موقت یا دائم است. پس از استومی دفع از طریق استوما صورت میگیرد.

استومی موقت



بعضی بیماران میتوانند استومای خود را بعد از مدتی با جراحی مجدد به داخل حفره شکمی منتقل کنند. جراح تعیین میکند که چه زمانی میتوانید استوما را ببندید. فاکتورهای زیادی در تعیین زمان انجام این جراحی نقش دارند. مانند وسعت بیماری، وضعیت سلامتی بیمار و روند درمان. بیشتر بیماران با استومی موقت، حدود ۳ الی ۶ ماه استوما دارند. اما ممکن است این زمان تا یک سال هم طول بکشد.

پیش از جراحی استومی معکوس

قبل از جراحی، نوع عمل و آمادگی های لازم را با پزشک خود مطرح کنید. مثلاً در مورد کلستومی بسیاری از جراحان روشهایی برای تخلیه شکم مانند استفاده از داروهای خاص را پیش از جراحی تجویز میکنند. برای ایلئوستومی با ۲۴ ساعت غذا نخوردن، معده برای جراحی آماده است. معمولاً پزشک یک رژیم غذایی سبک و مایع را قبل از جراحی به شما پیشنهاد میکند.

- مراقبت های عمومی مانند هر جراحی دیگری باید انجام شوند. هر روز غذای مصرفی خود را یادداشت کنید. به این ترتیب پس از مدتی از تاثیر غذاهای مختلف بر عملکرد دستگاه گوارش خود آگاهی دارید.

از مصرف زیاد حبوبات و سایر غذاهای نفاخ پرهیز کنید.

- عوامل موثر در بی اختیاری ادرار
- میزان بی اختیاری پس از جراحی، به فاکتورهای مختلفی بستگی دارد. مثلا اینکه:

♦ آیا در داخل بدن کیسه قرار داده شده؟

♦ آیا رکتوم برداشته شده است؟

♦ آیا ایلئوم مستقیما به مقعد وصل شده است؟

♦ چه مدت استوما داشتید؟

تمرین کف لگنی

در زمان دفع ادرار، چند بار مکث کنید. عضلاتی که برای توقف جریان ادرار استفاده می کنید، بعد از جراحی به بی اختیاری دچار میشوند. پس از شناخت این ماهیچه ها، در طول روز چندین بار به مدت چند دقیقه آنها را منقبض کنید. اگر پس از جراحی، سریع اختیار دفع را به دست آوردید، مراقب پوست ناحیه دفع باشید. از کرمهای محافظتی و ترمیم کننده برای پوست اطراف استومی استفاده کنید.

رژیم غذایی پس از جراحی استومی معکوس

بر اساس نوع جراحی ممکن است پس از آن مجاز به نوشیدن مایعات باشید.

تحت نظر پزشک، به مرور رژیم غذایی سبکی را آغاز کنید.

پس از جراحی بازگرداندن استومی، بدن دچار کم آبی میشود. باید از کرم محافظ در محل استومی استفاده کنید.

از مصرف غذاهایی که به سیستم گوارش آسیب می زنند خودداری کنید. مانند غذاهای اسیدی، تند و چرب، میوه و سبزیجات (خصوصا خام)، ادویه و نوشیدنی گازدار.

تعداد وعده های بیشتری در حجم کمتر میل کنید.

برای پیشگیری از اسهال، آخرین وعده غذای خود را قبل از ساعت ۷ بخورید.

منبع: <http://ah.kmu.ac.ir/Images/UserFiles/3106/file/>

تاییدکننده: دکتر علی بزم (جراح)
تهیه کننده: الهام رضائی پور (سوپروایزر آموزش سلامت)