

# A bőr egészségének megőrzéséről

Sztómával élők számára



# Tartalom

Érdemes elolvasnia a bőrelváltozások leírását  
bármely sztóma esetén.



Bőre egészségének fenntartása 1



Milyen az egészséges bőr 2  
Útmutató a segédeszköz cseréjéhez 3



1. eset: Visszahúzódott sztóma 6



2. eset: Sztóma körüli fekélyesedés 8



3. eset: Bőrredőben  
elhelyezkedő sztóma

10



4. eset: Irritáció és bőrpír

12



5. eset: Felázott és sérült bőr

14



A tapadó felület szerepe

16



# A bőr egészségének fenntartása

A sztóma körüli bőr egészségének tökéletes megőrzése a legfontosabb, amit megtehet a sztómazsák kényelmes, megbízható és gondtalan viselése érdekében.

Egy dán tanulmány, az OstomySkinStudy\*, adatai szerint a sztómával élő emberek majdnem felének irritált a bőre a sztóma körül.

Azt is megállapították, hogy az emberek gyakran nem észlelik a megelőzhető bőrirritációt és nem érzik szakmai segítség szükségét.

A bőrelváltozások kialakulásának fő oka a a széklet vagy vizelet bőrrel történő érintkezése. Ha a bőr irritálttá válik, az eszközön lévő ragasztó nem tapad megfelelően a bőrhöz. Ez több szivárgáshoz és fokozott bőrproblémákhoz vezet.

Pedig elkerülhető, hogy a váladék érintkezésbe kerüljön a sztóma

körüli bőrrel. Megfelelő ápolással még a bőrirritáció esetén is visszaállítható a bőr egészsége...

E füzetet az OstomySkinStudy tapasztalatok alapján Coloplast állította össze.

Reméljük, segítséget nyújt:

**bőre egészségének fenntartásához**

**a bőrirritáció megelőzéséhez**

**a kialakult irritáció kezeléséhez**

**a döntéséhez, hogy mikor kell szakemberhez fordulnia**

\*Herlufsen P et al. Study of peristomal skin disorders in patients with permanent stomas. *British Journal of Nursing* 2006;15:854-62

# Milyen az egészséges bőr?

Az alábbi képen a sztóma körüli bőr normális, egészséges.

Nincs látható elváltozás, és a sztómaeszközzel fedett bőr pontosan úgy néz ki, mint a has bőrének többi része..



## Öt lépés az egészséges bőr megőrzéséhez

- Az eszköz felhelyezése előtt legyen a bőre tiszta és teljesen száraz.
- A tapadó felületen lévő nyílást vágja ki úgy, hogy pontosan illeszkedjen a sztóma méretéhez és formájához.
- Simítsa rá kézzel a tapadó felületet a bőrre a tökéletes érintkezés biztosításához.
- Kellemetlen érzés, viszketés esetén cserélje ki a sztómaeszközt.
- Rendszeresen ellenőrizze a sztóma méretét, különösen, ha sérve van.

# Útmutató a segédeszköz cseréjéhez

Az egészséges bőr megőrzése érdekében tartsa be az alábbi lépéseket a sztómaeszköz minden cseréjénél.

**Az eszköz minél egyszerűbb és kényelmesebb cseréjéhez készítsen elő mindent, amire szüksége lehet:**

- Új sztómazsák
- Szemeteszsák
- Puha törőlkendő tisztításhoz és szárazra törléshez
- Meleg csapvíz és szükség esetén bőrtisztító
- Kellékek, például sztóma-paszta, zárócsatt, bőrvédő film
- Sztómamérő sablon
- Toll
- Hajlított végű olló (jó minőségű)

## A használt eszköz eltávolítása

- Az eszköz eltávolítása előtt helyezzen egy szemeteszáskot a derékpántjába, hogy összegyűjthesse a sztómából szabadon ürülő béltartalmat, így védve ruházatát.
- Távolítsa el a régi eszközt az öntapadó réteget finoman lehúzva bőréről.
- Vizsgálja meg a tapadó felületet a bőrről történő eltávolítás után.
  - Erodálódott, feloldódott a ragasztóréteg? Lát-e széketet vagy vizeletet a bőr felőli oldalon? Ha igen, azt jelzi, hogy szivárgás történt. Vizsgálja meg bőrét, hogy lát-e a tapadó felületen találtaknak megfelelő bármilyen irritációt vagy sérülést. Ha igen, a jövőben ügyeljen arra, hogy a ragasztós réteg tökéletesen tapadjon bőréhez. Az eszközt a tapadó felszín feloldódása előtt cserélje.

## A sztóma és a bőr megtisztítása

- Tisztítsa meg a sztómát és a környező bőrfelületet puha törlőkendővel és meleg csapvízzel.
- Alaposan, de finoman törölje szárazra bőrét.
  - Nagyon fontos, hogy bőre száraz és teljesen tiszta legyen. Ha nedves marad, akkor az eszköz nem tapad tökéletesen a bőréhez; ilyenkor szivárgás illetve irritáció fordulhat elő.
- Szükség esetén finoman és gondosan távolítsa el a szőrzetet a sztóma környékéről.



## Az új eszköz előkészítése és felhelyezése

- Szabálytalan alakú sztóma esetén, a sztóma méretének és alakjának megfelelően vágja ki az eszközt. Ezzel biztosítja a legjobb bőrvédelmet:
  - Használjon mérőeszközt a sztóma nagyságának és alakjának ellenőrzéséhez és készítsen sablont a kivágási segédletből.
  - A sablont használja az alaplap (vagy az egyrészes termék) tapadó felületén a nyílás beállításához, hajlított végű ollót használjon a kivágáshoz.
  - Figyeljen rá, hogy a kivágás ne sértse a sztómát.
- Szükség esetén a kellékeket (pl. bőrrödőbe pasztát) a használati utasítás szerint alkalmazza.
- Helyezze a megfelelő méretűre kivágott alaplapot vagy egyrészes terméket a sztóma körüli bőrre úgy, hogy a tapadófelület tökéletesen érintkezzen a bőrrel.
  - A tapadó felületet a sztómától a szélek felé haladva simítsa rá a bőrre.
- Ha kétrészes terméket használ, az utolsó lépés a zsák alaplapra helyezése.

## Ileosztóma, urosztóma vagy hosszú sztóma esetén

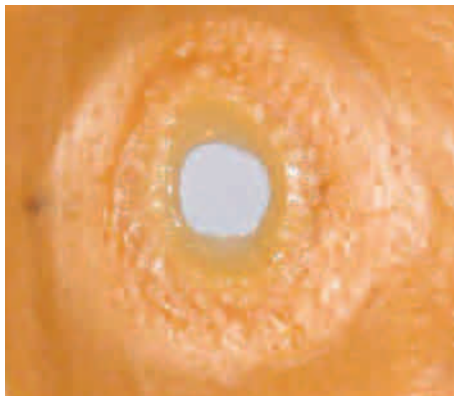
- Normális, ha a sztóma felületén nedvesség keletkezik, amely összegyűlhet a bőrön. Ezt elkerülheti, ha puha törülközőket helyez a nedvesség felitatására a sztóma köré
- A törülközőt közvetlenül az eszköz felhelyezése előtt távolítsa el.

# Bőrirritáció kezelése

## 1. eset: Visszahúzódtott sztóma



A képen súlyos bőrirritáció látható egy visszahúzódtott urosztóma körül. A bőr felázott, sérülésre és fertőzésre hajlamos, mert vizelet szivárgott a tapadó felület alá, és feláztatta a sztóma körüli bőrt.



Ez a tapadó felület hátoldala. Két oka van, hogy ennél a személynél bőrirritáció alakult ki.

Az első, hogy az eszközt csak 3 naponként cserélték, pedig már a 2. napon feloldódott a közepe, így a sztóma körül már nem biztosított védelmet.

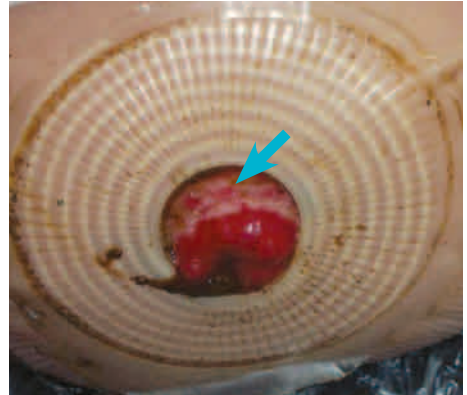
Második, hogy a visszahúzódtó sztóma és a hasi szőrzet nem tette lehetővé a jó érintkezést a tapadó felület és a bőr között.

# Javaslatok az egészséges bőr megőrzéséhez

Visszahúzódtott sztóma esetén a normálnál több szivárgást tapasztalhat. Ezért különösen fontos, hogy lépéseket tegyen a szivárgás megelőzése és az egészséges bőr fenntartása érdekében.

- **Útmutatásért és kezelésért keresse fel a sztómanővért, ha bőrirritációt tapasztal.**
- **A szivárgás minimalizálása.**
  - Távolítsa el a sztóma körüli szőrzetet (Útmutató a 3.-5. oldalon)
  - Alaposan tisztítsa meg és törölje szárazra bőrét.  
Nagyon fontos, hogy bőre teljesen száraz legyen az eszköz felragasztása előtt.
- **Tökéletes érintkezés a tapadó felület és a bőr között.**
  - Használjon a sztóma méretének megfelelő konvex-terméket a sztóma kiemeléséhez (használjon mérőszablont).
  - Szükség esetén használjon pasztát.
  - Sztóma öv segítségével megfelelő pozícióban tartja az eszközt.
- **Minimalizálja bőre vizelettel vagy széklettel történő érintkezésének kockázatát.**
  - Cserélje ki az eszközt, mielőtt a tapadó felületet „elfárad”.
  - Válasszon a felázásnak jobban ellenálló eszközt.

## 2. eset: Sztóma körüli fekélyesedés



Ezen a képen a bőr szintjében elhelyezett, rövid kolosztóma körüli, felmaródott, hámszáraz, fekélyes bőr látható. A bőrsérülést a széklettel való érintkezés okozta, és addig nem javul az állapota, amíg a kiváltó okot meg nem szüntetjük.

Bőrirritáció alakult ki, mert az eszközt helytelenül illesztették és helyezték fel.

Amint a képen látható, a bőr egy része fedetlen, ez széklettel történő érintkezéshez vezet, és lehetővé teszi az eszköz alatti szivárgást.

# Javaslatok az egészséges bőr megőrzéséhez

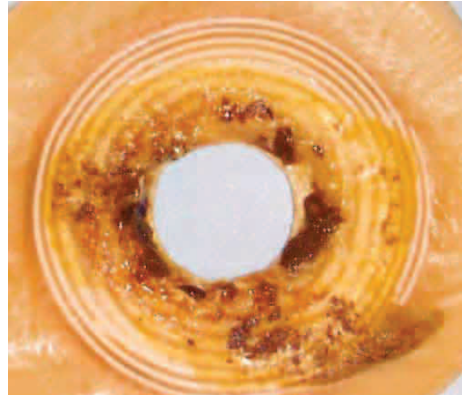
Bőrszintjében lévő sztóma esetén,  
elengedhetetlen az eszköz helyes illesztése és felhelyezése.

- **Útmutatásért és kezelésért keresse fel a sztómanővért, ha bőrirritációt tapasztal.**
- **A tapadó felületen lévő kivágást pontosan a sztóma méretéhez és formájához igazítsa (Útmutató a 3.-5. oldalon).**
  - Bőre meggyógyul, ha az eszköz helyes illesztésével és felhelyezésével megvédi a széklettől.
- **Bőrét gondosan tisztítsa meg és törölje szárazra.**
- **Ha a sztóma nehezen látható, mert nagy bőrredő takarja, használjon tükröt.**

### 3. eset: Bőrredőben elhelyezkedő sztóma



Ezen a képen behúzódott ileosztóma körüli vörös, irritált bőr látható. Az ellátást nehezíti, hogy a sztómanyílás a ráhajló bőrtől nem jól látható és nem biztosítható megfelelő érintkezés a bőr és a tapadó felszín között.



Az eltávolított eszköz tapadó felületén jól látható a szivárgás nyoma. Az alaplapot 4 naponta cserélték, a képen egyértelműen láthatók az időközben kialakult szivárgás jelei. Az eszközt gyakrabban kellett volna cserélni.

## Javaslatok az egészséges bőr megőrzéséhez

A sztóma behúzódása és a has előre domborodása esetén a sztóma körüli bőrfelület egyenetlen. Fontos lépéseket tenni a megfelelő illesztés és szivárgás elkerülésének biztosítása érdekében.

- **Útmutatásért és kezelésért keresse fel a sztómanővért, ha bőrirritációt tapasztal.**
- **Biztosítson teljes tapadást a ragasztós felület és a bőr között, hogy elkerülje a szivárgást.**
- **Alkalmazhat pasztát a sztóma körüli terület kiegyenesítéséhez illetve használhat konvex-terméket a sztóma előemeléséhez.**
- **A tapadó felületen lévő nyílást pontosan a sztóma méretéhez, alakjához vágja ki (Útmutató a 3.-5. oldalon).**
  - Bőre meggyógyul, ha megvédi a széklettől az eszköz helyes illesztésével és gondos felhelyezésével.
- **Gondosan tisztítsa meg és törölje szárazra bőrét.**
- **Ha a sztóma nehezen látható, mert nagy bőrredő takarja, használjon tükröt.**
- **Megfelelő gyakorisággal cserélje az eszközt.**
  - Ellenőrizze, hogy láthatók-e szivárgás jelei, mielőtt eldobja a használt eszközt (Útmutató a 3.-5. oldalon).
- **Használjon haskötőt az eszköz megfelelő helyzetben tartásához.**

## ■ 4. eset: Irritáció és bőrpír



A képen ileosztóma körüli felmaródás és bőrpír látható. Az irritáció fő oka, a bőr széklettel való érintkezése. Az ileosztómás béltartalom emésztő enzimeket tartalmaz, amelyek maró hatásúak és először a tapadó felületet, majd a bőrt károsítják.



A bőrirritáció, az alaplap tapadó felületének feloldódása miatt alakult ki. A képen látható, hogy az eszköz tapadó felszínének csak a felső rétege maradt meg. A többi eltűnt, mivel tartósan érintkezett a sztómából ürülő béltartalommal. Az alaplapot 4 naponta cserélték, de már a második napon feloldódott a közepe, gyakrabban kellett volna a segédeszközt cserélni.



# Javaslatok az egészséges bőr megőrzéséhez

Bőrirritáció esetén különösen fontos a bőr védelme a béltartalommal szemben.

- **Útmutatásért és kezelésért keresse fel a sztómanővert, ha bőrirritációt tapasztal.**
- **Előzze meg a bőr felázását a sztómából ürülő béltartalomtól (Útmutató a 3.-5. oldalon).**
- **Óvja bőrét a sztómából származó széklettel és vizelettel való érintkezéstől.**
  - Cserélje ki az eszközt erodálódása előtt.
  - Válasszon feloldódásnak ellenálló eszközt.
- **Megfelelő gyakorisággal vizsgálja meg a tapadó felületet.**
  - Távolítsa el az eszközt és vizsgálja meg a sztóma körüli bőrt.
  - Ellenőrizze a tapadó felület bőre felőli oldalát, hogy az sértetlen-e.
  - Ha a ragasztó feloldódásának bármilyen jelét tapasztalja (fehér vagy hiányzik), az eszközt ki kell cserélni.
  - Tükör segítségével jobban láthatja a hasát.
- **Gondosan tisztítsa meg és törölje szárazra bőrét, mielőtt új eszközt ragaszt fel.**

## ■ 5. eset: Felázott és sérült bőr



Ezen a képen urosztóma körüli, felpuhult és sérült bőr látható. A bőr folyamatosan érintkezett a vizelettel, amely sérülésre hajlamossá tette.



Az elváltozást, az eszköz túl sokáig történő viselése okozta. A képen látható, hogy a tapadó felület belső részének csak a felső rétege maradt meg, védelem nélkül hagyva a bőrt a sztóma körül. Az alaplapot csak 7 naponta cserélték, pedig már korábban egyértelműen feloldódott, hamarabb kellett volna cserélni.

# Javaslatok az egészséges bőr megőrzéséhez

Szabálytalan sztóma esetén fontos, hogy meggyőződjön arról, hogy az eszköz tapadófelülete jól funkcionál.

- **Útmutatásért és kezelésért keresse fel a sztómanővért, ha bőrirritációt tapasztal.**
- **Óvja bőrét a sztómából származó vizelettel való érintkezéstől.**
  - Cserélje ki az eszközt, mielőtt feloldódik.
  - Válasszon feloldódásnak ellenálló eszközt.
- **Győződjön meg arról, hogy eltávolította a sztómából ürülő béltartalmat. (Útmutató a 3.-5. oldalon).**
- **Megfelelő gyakorisággal vizsgálja meg a segédeszköz tapadó felületét.**
  - Távolítsa el a sztómazsákot és vizsgálja meg a tapadó felület bőre felőli oldalát a sztómához közeli területen, hogy az sértetlen-e.
  - Ha a ragasztó feloldódásának jeleit tapasztalja (fehér vagy hiányzik), az eszközt cserélni szükséges.
- **Gondosan tisztítsa meg és törölje szárazra bőrét, mielőtt új eszközt ragaszt fel.**

# A tapadó felület szerepe

A tapadó felület tartja a helyén a sztómazsákokat.

Egyrészes segédeszközök esetén a tapadó felület közvetlenül csatlakozik a sztómazsákokhoz, és egyszerre kell kicserélni.

Kétrészes eszközök esetén a sztómazsák csatoló rendszer segítségével kapcsolható össze a tapadó alaplappal. Úgy biztosítható a sztómazsák cseréje, hogy közben a bőrön marad a tapadó alaplap.

A tapadó felületnek mind az egy, mind a két részből álló rendszerben két alapfunkciója van::

- **A sztómazsák megfelelő helyen és megfelelő ideig történő rögzítése**
- **Az egészséges bőrállapot fenntartása a sztóma körül**

## A két alapfunkció betöltéséhez az ideális tapadó felület jellemzői:

- **Jól tapadó.** A tapadó felületnek tökéletesen érintkeznie kell a bőrrel mind a sztóma körül, mind az eszköz szélei mentén. Nem válhat el a bőrtől, illetve nem jöhetnek létre a bőr és a béltartalom érintkezését lehetővé tévő csatornák.
- **Nedvszívó.** Az egészséges bőr nedvességet és izzadtságot termel. Ha ezt a nedvességet nem hagyják elpárologni, akkor a bőr gyengülhet, amely irritációra, sérülésre hajlamosít.
- **Felázásnak ellenáll.** Túl hosszantartó viselet esetén a tapadó felület túl sok nedvességet szívhat magába a sztóma körüli területről, és megkezdődik feloldódása vagy szétesése. Ennek eredményeként, a széklet/vizelet érintkezésbe kerülhet a bőrrel.
- **Nem irritál.** A tapadó felület nem irritálhatja a bőrt sem formája, sem összetétele által.
- **Hajlékony.** A tapadó felületnek követnie kell a test körvonalait és mozgását. A rugalmasság lehetővé teszi, hogy a tapadó felület kényelmesebb viselet legyen és segíthet fenntartani a bőrrel való megfelelő illeszkedést (rögzítő funkciót).
- **Könnyen eltávolítható.** Az ideális tapadó felület eltávolításkor nem okoz fájdalmat vagy sérülést, és nem hagy maradványokat.



## Bőrproblémák kezelése



1. eset: Visszahúzódott sztóma

6



2. eset: Sztóma körüli fekélyesedés

8



3. eset: Bőrredőben elhelyezkedő sztóma

10



4. eset: Irritáció és bőrpír

12



5. eset: Felázott és sérült bőr

14

Coloplast gyógyászati eszközök és szolgáltatások fejlesztésével foglalkozik, amelyek megkönnyítik a személyes ellátást igénylő emberek életét. Szoros kapcsolatot tartunk termékeink felhasználóival és megfelelő megoldásokat keresünk speciális igényeikre az intim egészségügyi ellátásban.

Üzleti tevékenységi körünk a sztómaterápia, az urológiai és kontinencia gondozás, valamint a sebkezelés és bőrápolás. Világméretű vállalkozásunk több mint 7.000 alkalmazottat foglalkoztat, köztük 2.000 főt Magyarországon.

Ostomy Care  
Urology & Continence Care  
Wound & Skin Care



Coloplast A/S Magyarországi Képviselet  
2049 Diósd, Álmos fejedelem u. 27.  
Telefon: 22 61 455, 22 66 163

Coloplast logó bejegyzett márka és tulajdonosa Coloplast A/S. © Lezárás dátuma: 2013. 02. 27. Azonosító: 1120-13.  
Minden jogot fenntartunk. Coloplast A/S, 3050 Humlebæk, Denmark.

[www.hungary.coloplast.com](http://www.hungary.coloplast.com)