

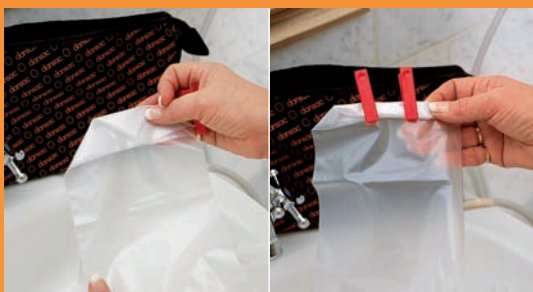


Irrigasjon trinn for trinn

Tips for daglig stomipleie



Etter innføring av vannet, er det en god idé å holde konen i stomiåpningen i et par minutter for å unngå at vannet renner ut av tarmen. Du kan også trykke fingrene dine over stomien i et par minutter for å holde vannet inne. Dette kan lette tømningen av tarminnholdet.



Hvis det er ønskelig, kan du vente med å tømme innholdet i skylleermet til etter irrigasjonen. Rull derfor skylleermet opp, i stedet for å plassere det i toalettet, og lukk det med to klyper. Når tarmen har tømt seg, tøm innholdet i toalettet.



Reisetips

- Ha alltid irrigasjonssettet, skylleermene og stomiutstyret du bruker i håndbagasjen.
- Husk en henger eller en selvklebende krok til å henge opp vannbeholderen på.
- Bruk bare vann som kan drikkes.



Hvis det oppstår problemer:

- Vansker med å sette inn konen: forsøk å slappe av, sjekk retningen på tarmen med en fingertupp.
- Ubehag eller smerter ved innføring av vannet: stopp vannstrømmen og masser magen. Vannet må ikke renne for hurtig inn, det må ha riktig temperatur og det må ikke være luft i slangen.
- Hvis tarmen tømmer seg mellom irrigasjonene: du trenger kanskje ekstra tid på prosedyren for å lykkes. Eller kanskje trenger du å irrigere oftere.
- Kontakt din stomisykepleier hvis du trenger hjelp.

Irrigasjon trinn for trinn

Du vil trenge:

- a) vannbeholder
- b) slange
- c) rulleklemme/regulator
- d) kon
- e) skylleerme
- f) avfallspose og tilleggsutstyr som du evt. bruker

Det er viktig at du har alt utstyret du trenger tilgjengelig før du starter.



Start med å kople sammen vannbeholder, slange, rulleklemme/regulator og kon.



Plasser vannbeholderen i skulderhøyde eller høyere for å få nok trykk på vannet. For å fjerne luften i systemet før irrigasjonen, åpne rulleklemmen og la vannet renne inn i slangen. Knips på slangen for å fjerne evt. luftbobler.



Fest skylleermet.



Fjern konen. Det vil nå komme noe avføring og vann i skylleermet.



For at du skal kunne bevege deg fritt omkring, brett opp skylleermet og fest det på toppen med klypene som følger med. Vanligvis vil tarmen tømme seg i løpet av 20-30 minutter.



Sett på den nye bandasjen. Dette vil vanligvis være en Mini Cap, men i startfasen har du kanskje behov for en minipose.



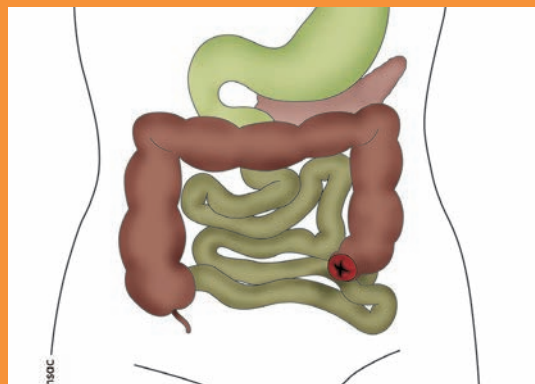
De forskjellige delene i irrigasjonssettet koples fra hverandre og rengjøres. Vannbeholderen tørkes forsiktig på innsiden. Det brukte skylleermet legges i en avfallspose og kastes i husets søppelpose.

Irrigasjon gjør at mange kolostomiopererte kan kontrollere tarmfunksjonen sin

Irrigasjon er en metode for å tømme tarmen ved regelmessig innføring av vann via stomien. Denne metoden passer for kolostomier plassert på tykktarmens venstre side.

Stomisykepleiere har ansvaret for å anbefale irrigasjon og for opplæringen. De vil gi deg den nødvendige informasjonen, avgjøre om irrigasjon er å anbefale og bestemmer også tidspunktet for evt. oppstart.

Prosedyren krever tilgang til toalett og rent vann i minst en time. Det er vanlig å irrigere en gang per dag eller annenhver dag. Det tar vanligvis 2-4 uker å innarbeide en irrigasjonsrutine.



2 Fyll vannbeholderen med nok lunkent vann (37°). Din stomisykepleier vil hjelpe deg med hvor mye vann du trenger for å irrigere.



3 Fjern stomibandasjen og vask huden.



6 Skylleermets nederste åpning plasseres i toalettet. Før konen forsiktig inn i stomien via toppåpningen på skylleermet. Innføringen kan gjøres lettere ved å bruke vann eller glidekrem på konen.



7 Hold konen på plass med den ene hånden. Åpne rulleklemmen og reguler vannstrømmen til den anbefalte hastigheten. Lukk rulleklemmen når anbefalt mengde vann er kommet inn i tarmen.



10 Brett ut skylleermet og plasser den nedre enden i toalettet og tøm ut innholdet.



11 Fjern skylleermet og vask stomien og huden rundt stomien med fuktige "non-woven" kompresser. Det er viktig at huden er helt tørr før ny bandasje settes på.

Gode irrigasjonsråd

- Irriger regelmessig.
- Skap en rolig og uforstyrret atmosfære.
- Gi ikke opp. Hvis du ikke lykkes, prøv igjen neste dag.
- Bruk bare den anbefalte vannmengde.

- Ikke irrig under sykdom eller diaré. Start opp igjen når du blir frisk.
- Bruk klyper til å holde klærne dine unna - for lettere å komme til og av hygieniske grunner.
- Beskytt undertøyet med et håndkle.
- Plasser vannbeholderen i skulderhøyde eller høyere.