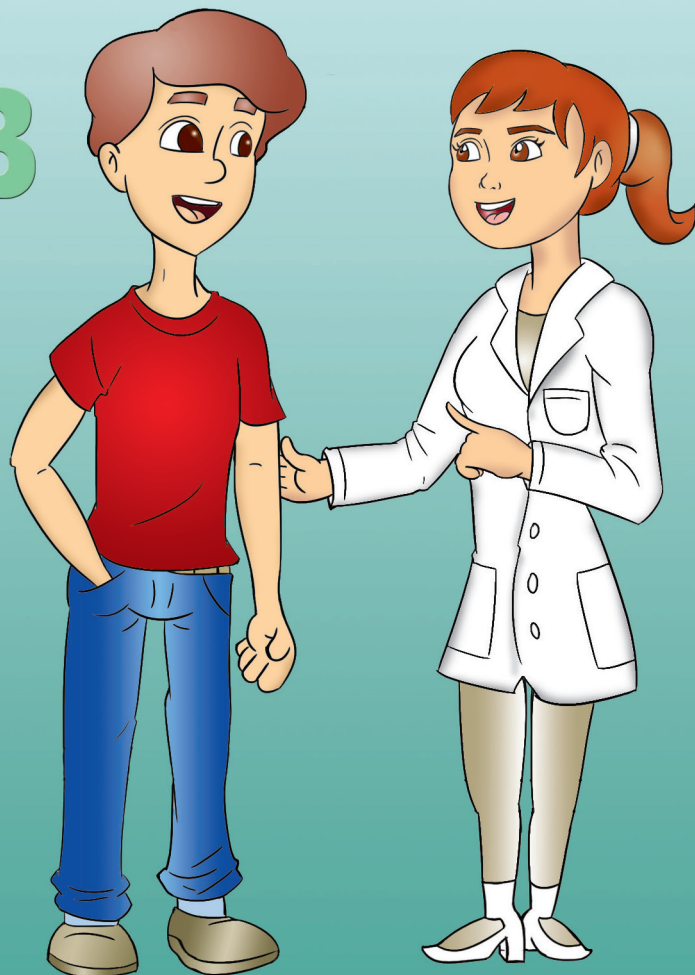


Cartilhas



Manual de
orientações
sobre
Ileostomias

Prefácio

Nestes anos atuando na área de Gastroenterologia, trabalhando com diferentes profissionais da saúde de uma equipe multidisciplinar em doença inflamatória intestinal no hospital Universitário Clementino Fraga Filho, UFRJ, pude conhecer pessoas dedicadas a seus pacientes, ávidas pela busca de novos conhecimentos, e capazes de transformar a vida acadêmica de profissionais em formação.

A enfermeira Tania Lima faz parte deste grupo diferenciado e este manual é um exemplo das muitas contribuições desta eximia profissional, que posteriormente foi incorporado pelo GEDIIB.

A convivência com um estoma não é tarefa das mais fáceis para o paciente e seus familiares. Insegurança, falta de acesso a informação e desconhecimento de todo o processo geram preocupação e por vezes desespero, sentimentos mais do que normais.

Mas o conhecimento transforma!

A contribuição da Enfermeira Tania ao demonstrar de forma simples, prática e objeti-



va cada etapa relacionada a confecção e aos cuidados na prática com o estoma, seja este, temporário ou definitivo, além de proporcionar maior segurança nesta convivência estoma-paciente, o empodera assim como seus familiares com estes importantes conhecimentos.

Super recomendo a leitura tanto para pacientes como para profissionais de saúde!

Cyrila Zaltman Profa.

*Associada de Gastroenterologia-UFRJ |
Coordenadora Ambulatório Gastroenterologia
| HUCFF-UFRJ | Ex Presidente GEDIIB (2017-
2018) Vice Presidente PANCCO*

Apresentação

Esta Cartilha foi elaborada inicialmente pela estomaterapeuta, Dra. Tania Lima para informar e ensinar práticas simples que ajudarão você a superar as dificuldades iniciais, e assim incentivá-lo a viver melhor diante desta nova realidade, retomando aos poucos suas atividades diárias.

Neste momento o GEDIIB objetivando contribuir com os pacientes para um maior entendimento acerca das ileostomias, representado por Enfermeiros atuantes em DII, propõe a revisão deste material, baseada em informações atualizadas e na prática de seus autores.

Todos os anos, milhares de pessoas no mundo inteiro fazem uma cirurgia para a confecção de uma ileostomia. Homens, mulheres, crianças, jovens e idosos podem ter a necessidade, em algum momento de suas vidas, deste procedimento.

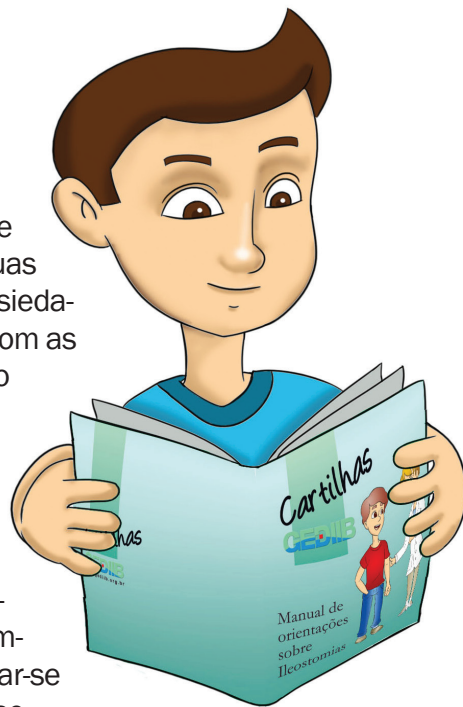
Ter uma ileostomia temporária ou definitiva significa iniciar uma nova vida, ter uma nova chance e aprender a viver com este novo corpo.

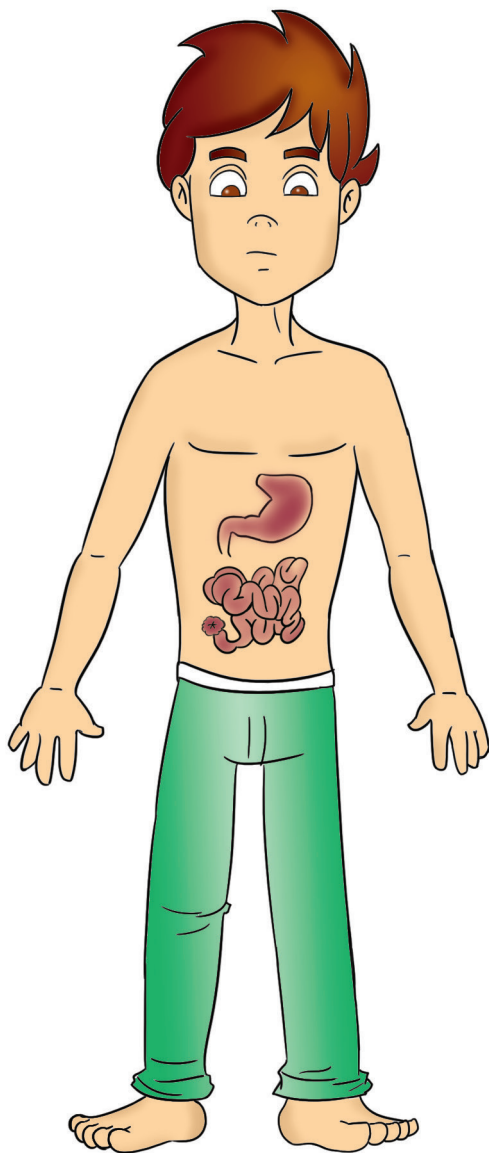
Lembre-se que dividir as suas angústias, ansiedades e medos com as pessoas que o rodeiam, lhe dará força e que, assim como você, também necessitam de um tempo para ajustar-se a esta nova fase.

Saiba que existe uma equipe multiprofissional nos hospitais, da qual fazem parte estomaterapeutas, médicos, enfermeiros, nutricionistas, assistentes sociais, psicólogos e técnicos de enfermagem, disponíveis e prontos para lhe dar apoio e acompanhar você e sua família neste momento tão importante da suas vidas.

Boa leitura,

Comissão de Enfermagem



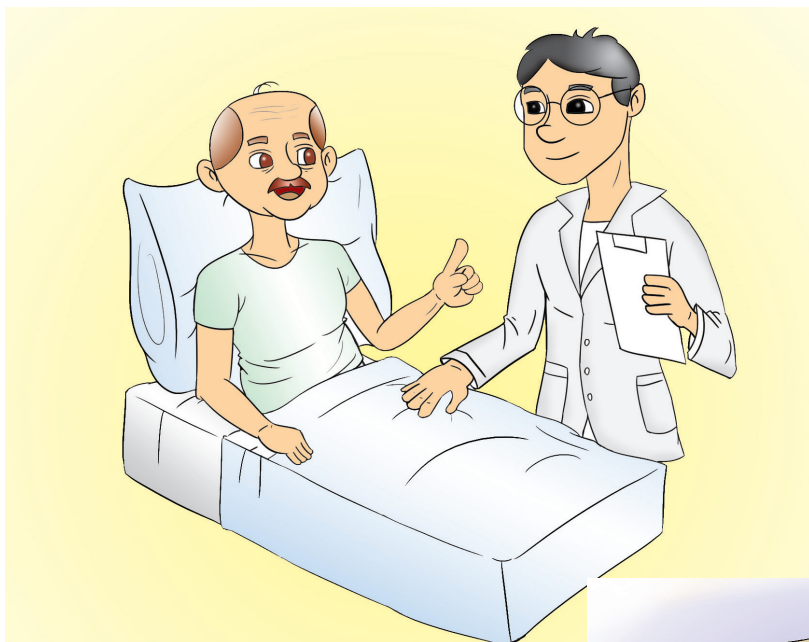


O que é uma ileostomia

Ileostomia é uma abertura no final do intestino delgado, no íleo, feita através do abdômen com o objetivo de eliminar as fezes. Esta cirurgia pode ser feita por diversos motivos porém os mais comuns são os provenientes das Doenças Inflamatórias Intestinais como Doença de Crohn ou Retocolite Ulcerativa, por Câncer ou ainda por traumas abdominais. Geralmente fica do lado direito da barriga, funciona várias vezes por dia e elimina conteúdo líquido.

As ileostomias podem ser temporárias ou definitivas e dependem de cada paciente ou da doença que o acometeu.

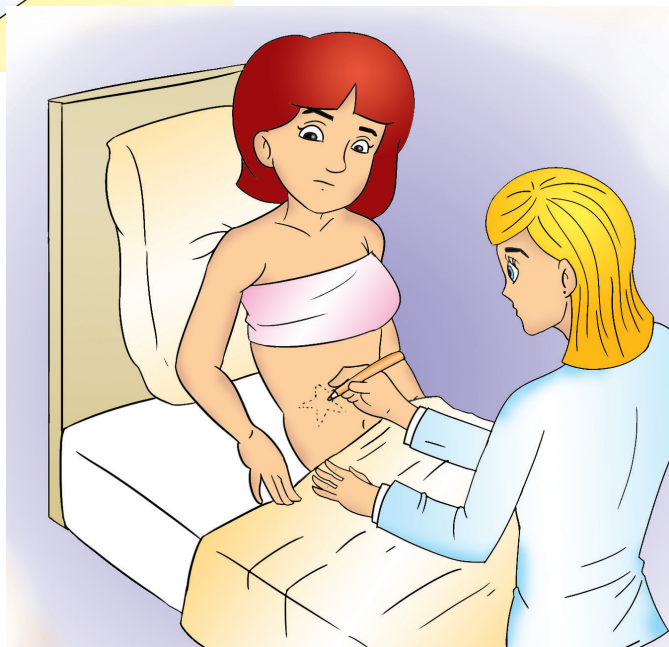
Numa ileostomia o conteúdo é corrosivo porque têm mais enzimas (substâncias que ajudam na digestão dos alimentos). Por este motivo é preciso ficar muito atento com sua higiene, com o uso da bolsa coletora, com a barreira protetora assim como com sua troca!

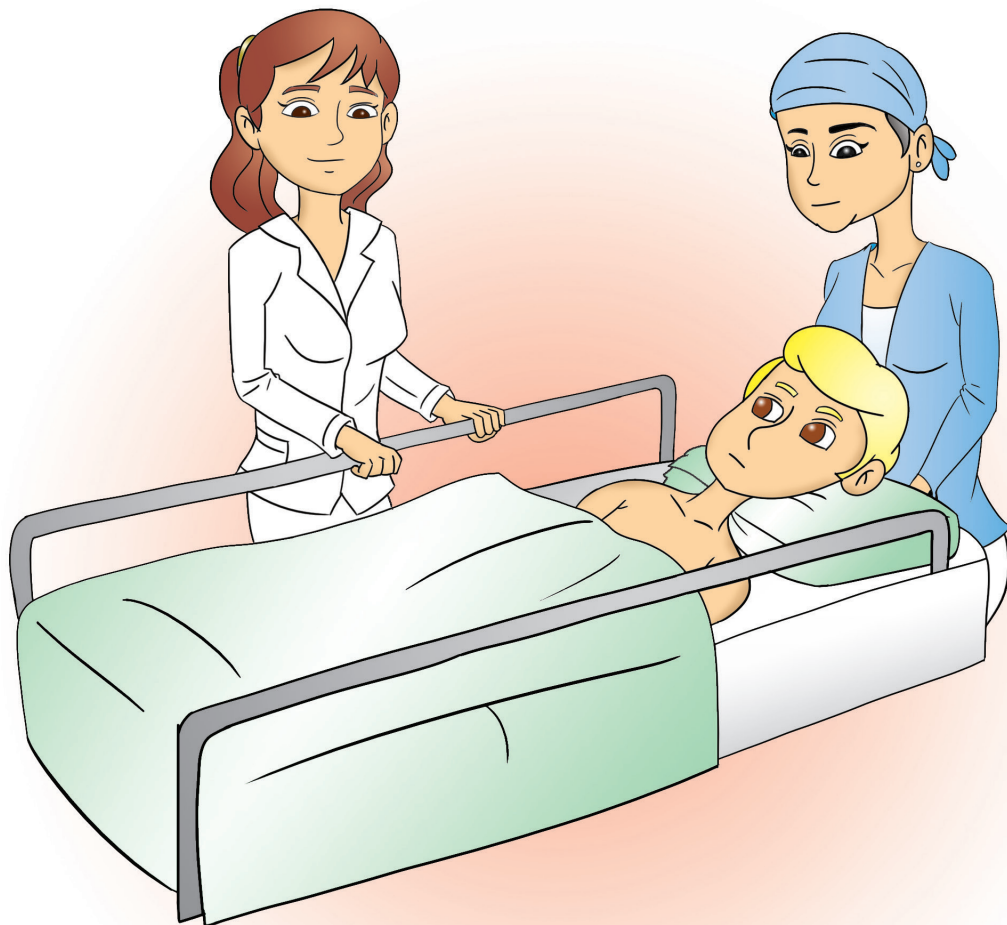


Antes da cirurgia

Sempre que possível, nas cirurgias programadas, o ideal é que se faça uma marca no abdômen com uma caneta apropriada no local onde será confeccionada a ileostomia.

Este procedimento é feito pelo Estomate-rapeuta, Enfermeiro treinado ou pelo médico, um ou dois dias antes da cirurgia e tem a finalidade de escolher o melhor local onde será confeccionada a ileostomia.

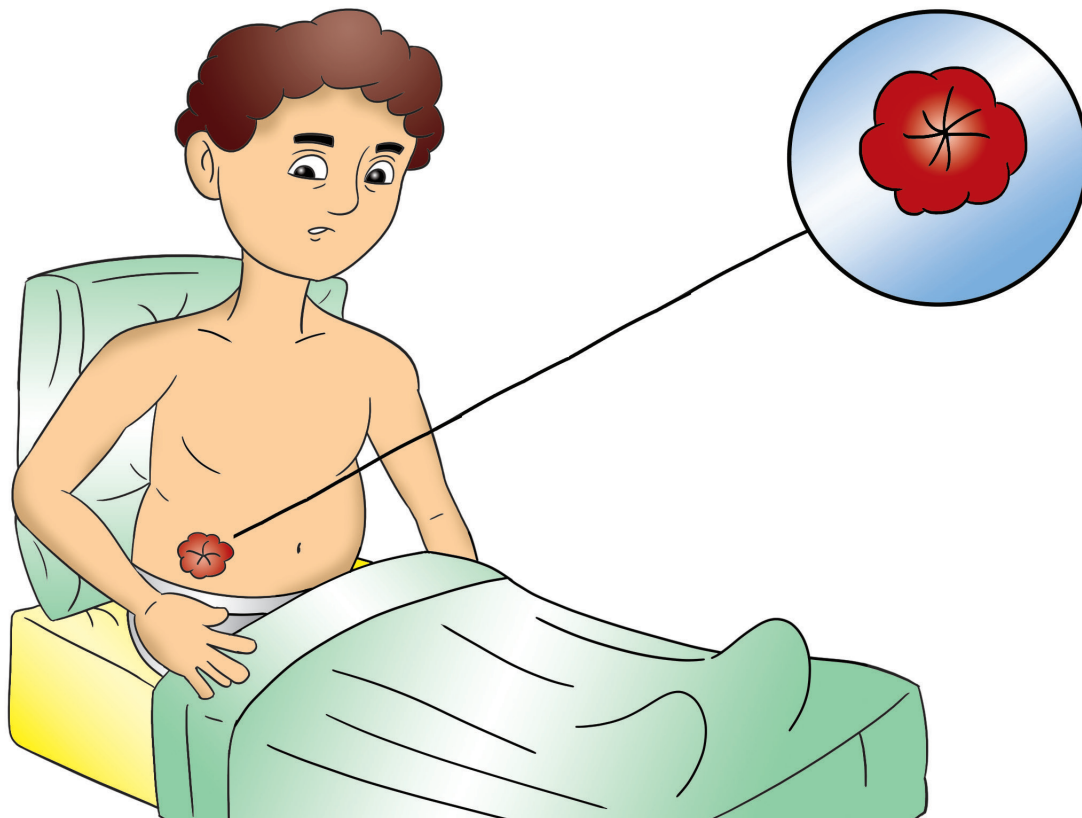




Neste momento, você e sua família também poderão ver as opções de bolsas coletoras existentes no hospital e se familiarizar com o material que será utilizado depois da cirurgia. Existe a possibilidade ainda de serem feitos

testes de sensibilidade com amostras dessas bolsas.

Imagens e fotos de pessoas ileostomizadas também poderão ser mostradas caso você queira ver.



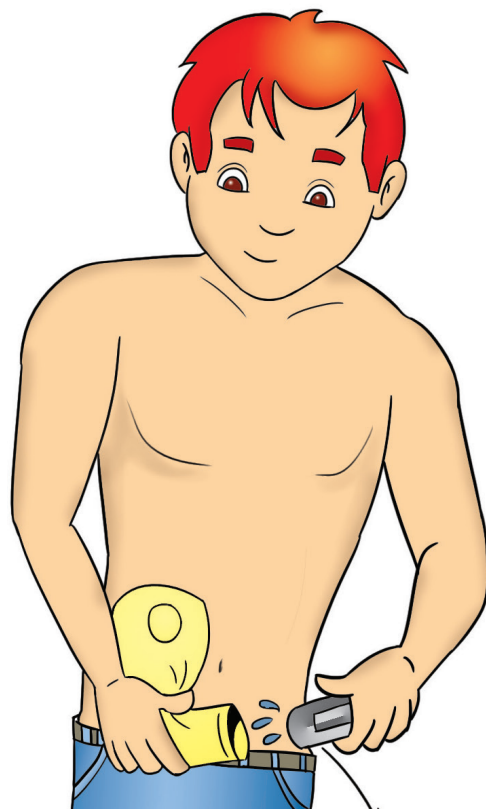
Depois da cirurgia

Nesta fase é comum que algumas pessoas tenham dificuldade para aceitar a ileostomia e até olhar para o seu abdômen.

Tenha calma pois, se este for o seu caso, você certamente irá superar este momen-

to e compreender que o mais importante é estar sem o sofrimento de antes e poder ficar junto aos seus familiares e pessoas que ama.

Durante a sua internação no hospital é importante que você, assim que possível, participe dos cuidados com a sua ileostomia



Lembre-se

Assim como qualquer outra pessoa, você paciente, fará a sua higiene de forma discreta e com privacidade!

e aprenda a cuidar dela e da sua bolsa o quanto antes. Isto o tornará independente e mais tranquilo quanto ao futuro!

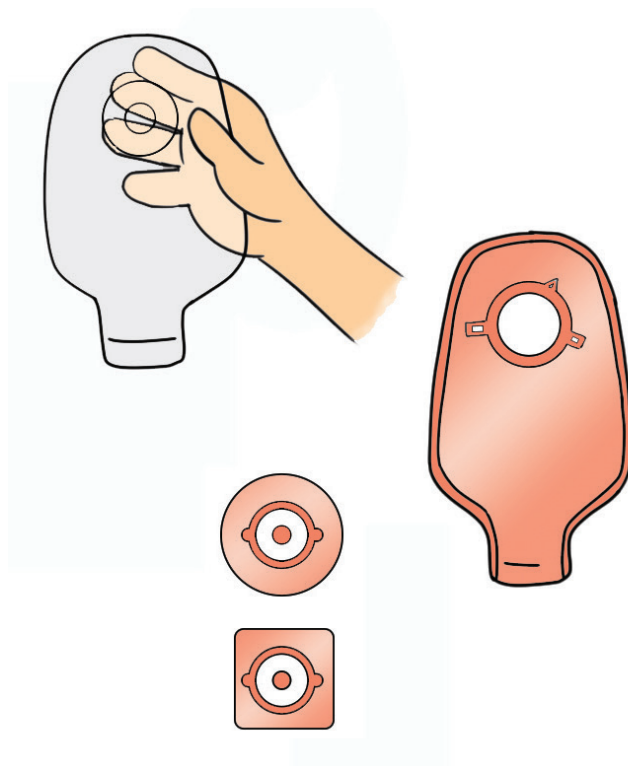
Durante sua internação, sua bolsa será transparente para tornar mais fácil para que o pessoal da Enfermagem, para o médico e para você ver a ileostomia e as fezes observando se há alguma complicação. Além disso, a bolsa ficará virada para o lado a fim de facilitar que a equipe de enfermagem faça a limpeza da bolsa mas, assim que você puder levantar-se e cuidar da sua própria higiene, a sua bolsa será colocada para baixo e você mesmo poderá fazer a drenagem das fezes diretamente no vaso sanitário. Após a sua alta a bolsa poderá ser mais discreta e opaca!

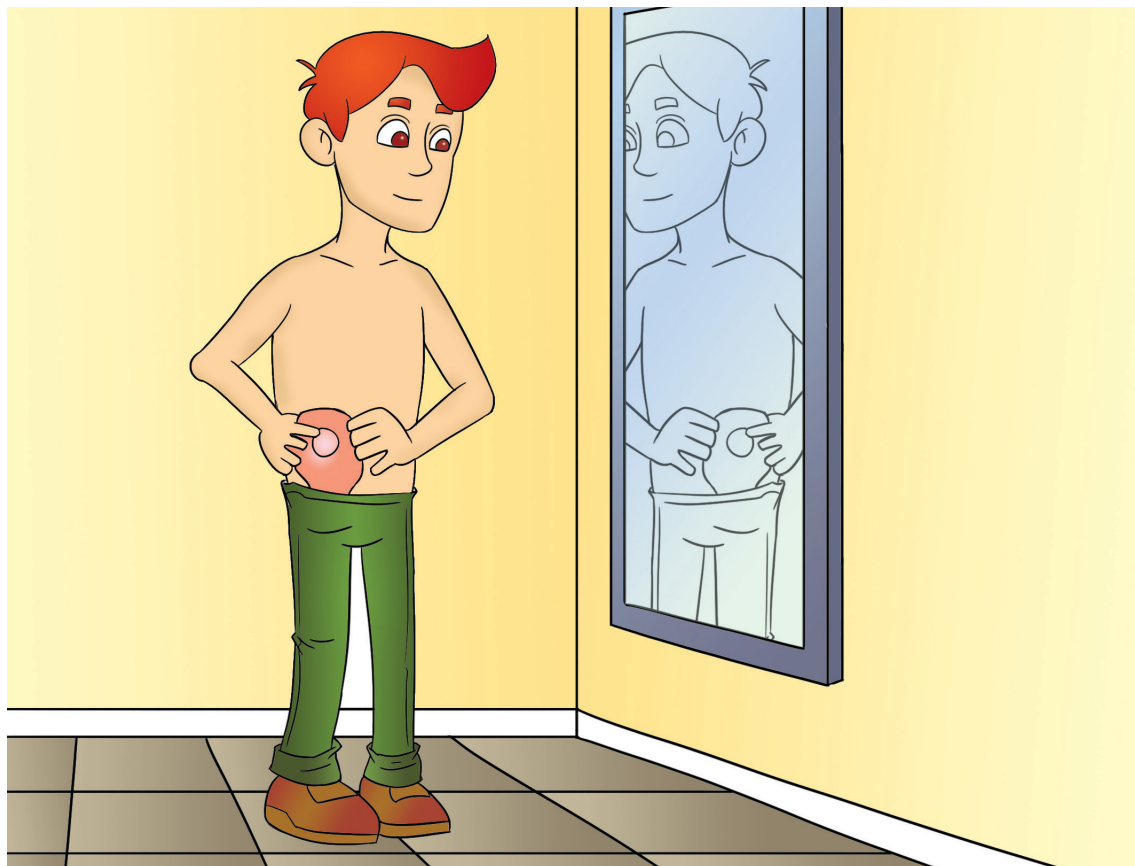
Escolha da Bolsa

Existem vários tipos e marcas de bolsas coletoras. Elas podem ser de uma ou duas peças (placa e bolsa), transparentes ou opacas, fechadas ou abertas (drenáveis).

Na ileostomias as fezes são líquidas, de cor castanho esverdeada, com consistência

e volume variáveis e a sua saída é contínua, principalmente nas primeiras semanas depois da cirurgia. Por isso a bolsa mais apropriada para uma ileostomia é a bolsa drenável, podendo ser de uma ou de duas peças, devendo tal decisão ser compartilhada com seu Estomaterapeuta.





A durabilidade da bolsa coletora não deve ser regra para todos devendo ser levado em conta as características de cada pessoa, assim como outros fatores a serem avaliados e discutidos com seu Estomate-reapeuta, porém de uma forma geral, a bolsa de uma peça deve ser trocada a cada 2

ou 3 dias e a de duas peças poderá durar até 4 ou 5 dias.

É necessário estar atento à ocorrência de qualquer vazamento sob a bolsa coletora, para evitar dermatites e outras complicações!

O que é importante saber

- Normalmente a ileostomia é de cor rosa ou vermelho brilhante, tem aspecto molhado e pode ter muco;
- Pode apresentar pequeno sangramento durante a higiene, isto é normal e não deve preocupar;
- Tocar na ileostomia não causa dor;
- Você poderá molhar a ileostomia durante o banho pois não há nenhum risco nisso;

Depois de saber e saber quanto tempo dura a sua bolsa, é importante que você programe a troca dela, evitando situações que causem constrangimento, acidentes, ou feridas na pele;

- Isto também irá permitir que você programe viagens ou outras atividades de lazer
- Você também poderá tomar o seu banho sem bolsa especialmente nos dias em que fizer a troca.



A alta do hospital

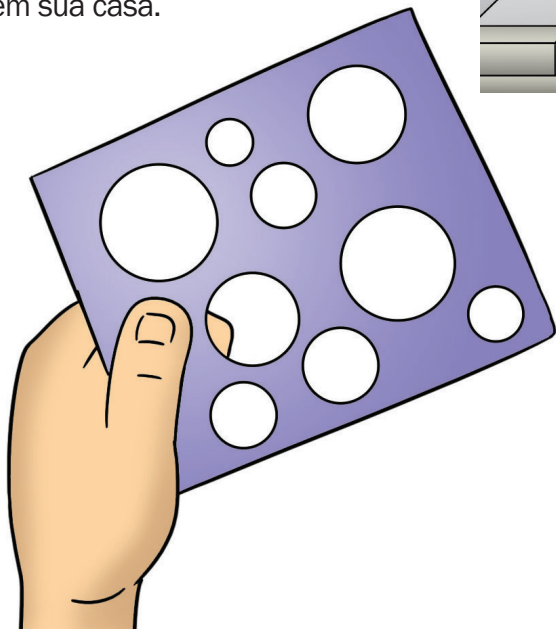
Quando você tiver alta hospitalar, seu Estomaterapeuta ou a Enfermeira treinada poderá lhe dar algumas bolsas de reserva até que você retorne ao ambulatório para a consulta. Você pode também ou fazer seu cadastro no programa de atendimento especializado existente em grande parte das cidades.

Você receberá também um molde ou saberá o tamanho da sua ileostomia para fazer a troca da bolsa em sua casa.



É importante que você recorte a bolsa no tamanho mais próximo possível da sua ileostomia pois isso diminuirá o risco de feridas na pele (dermatite), pelo contato das fezes.

Verifique periodicamente se o tamanho do recorte da bolsa ou da placa ainda é o mesmo pois, depois de algum tempo, é comum que o diâmetro da ileostomia diminua.



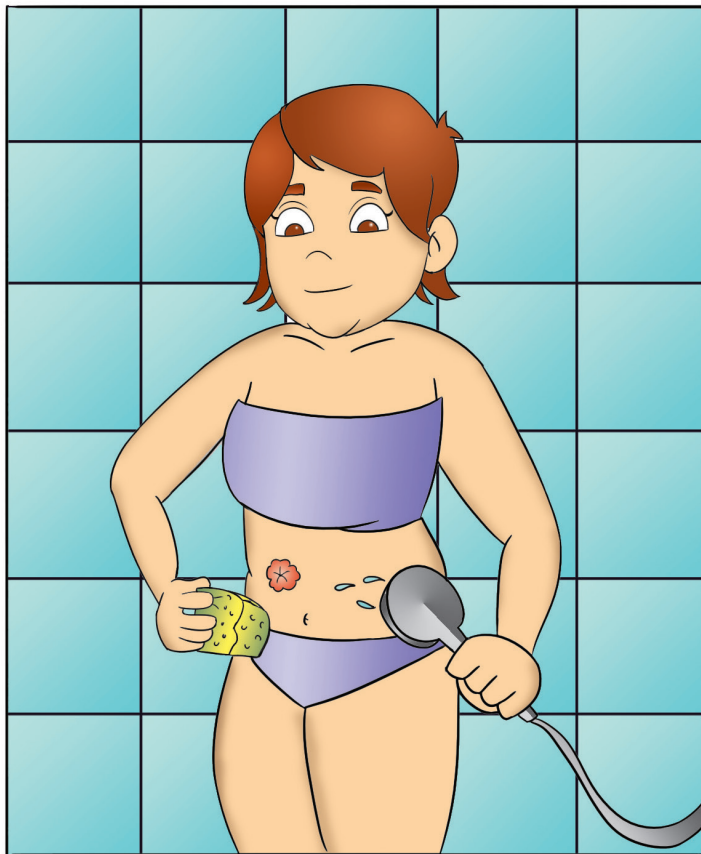
Como mudar a sua bolsa

Sempre que trocar a bolsa, aproveite para lavar a ileostomia e a pele ao redor do estoma. Utilize água e sabão neutro e faça a limpeza de forma suave! Inicialmente faça a troca

da sua bolsa em frente a um espelho para ter melhor visão. Após algum tempo você conseguirá trocar a sua bolsa sozinho e de forma tranquila!

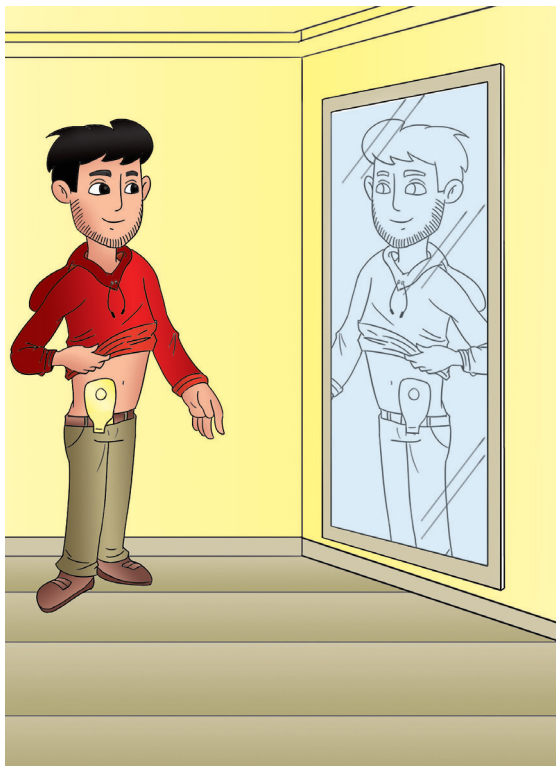
Nas primeiras trocas, você poderá ficar ansioso, mas aos poucos, irá tornar-se cada vez mais seguro e independente e não terá qualquer problema ao fazê-las. Caso continue com alguma dificuldade, procure a ajuda do seu Estomaterapeuta ou de Enfermeiros treinados.

Em situações especiais, ou quando ocorrer alguma complicação como dermatites ou alergias fale com o seu médico ou Estomaterapeuta pois existem produtos adequados para estas situações.



Lembre-se: vermelhidão ou coceira na pele ao redor do estoma não é normal e deve ser avaliado pelo Estomaterapeuta.

Não utilize desinfetantes para lavar a bolsa ou a ileostomia, use apenas água e sabonete neutro.



Para limpar a ileostomia e a região ao redor, não utilize substâncias irritantes como álcool, benjoim, acetona, perfume ou éter. Você não deve aplicar cremes ou pomadas na pele pois isto poderá dificultar a aderência da bolsa.

Nas ileostomias é muito importante e necessário que você use uma barreira protetora a cada troca de bolsa, para proteger a pele ao redor do estoma, reforçar a aderência da bolsa e evitar vazamentos e consequente ocorrência de dermatites.



Conselhos para a vida diária

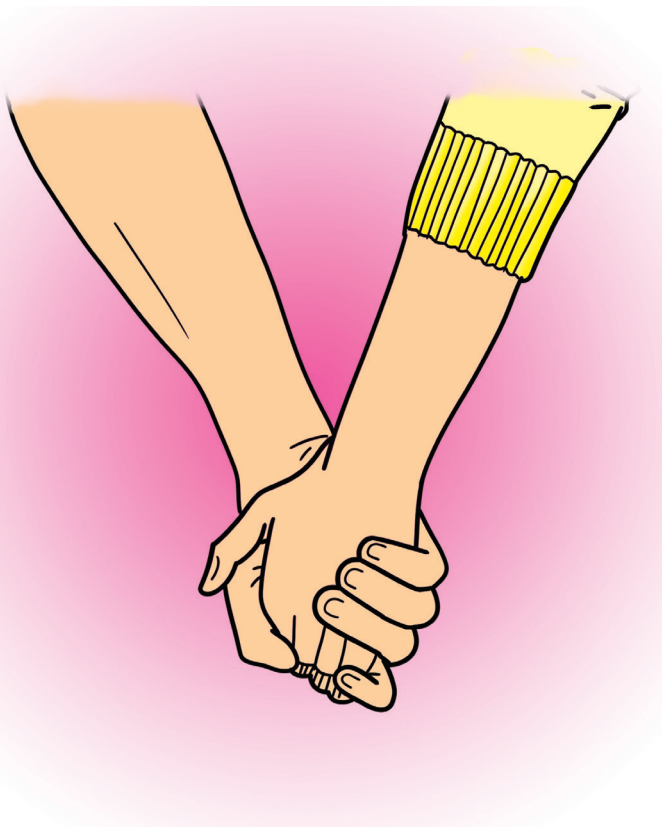
O fato de você ter uma ileostomia não deve alterar a sua rotina. Aos poucos, você poderá retomar as suas atividades, mas não se esqueça de seguir os conselhos de seu médico assim como as orientações de seu Estomaterapeuta!

Você poderá namorar, sair para fazer compras, ir ao shopping, ir à festas e visitar familiares e amigos porém, não deve pegar peso, e assim diminuir os riscos de ter hérnia!



Algumas dicas podem ser úteis para a sua vida íntima:

- esvazie sua bolsa antes de começar a sua relação sexual;
- uma dica importante é o uso de saches gelificantes para melhorar a consistência das fezes prevenindo assim a ocorrência de vazamentos, facilitando a higiene e manutenção da bolsa coletora, além de permitir maior discreção
- use uma bolsa pequena e opaca;
- cubra a sua bolsa com uma cinta e se voce é mulher, pode usar uma lingerie ou uma echarpe colorida e bem charmosa;
- é importante que você e seu parceiro ou parceira saiba que relações sexuais não irão traumatizar o seu estoma. Pergunte ao seu médico quando você poderá voltar a ter atividade sexual após a cirurgia;



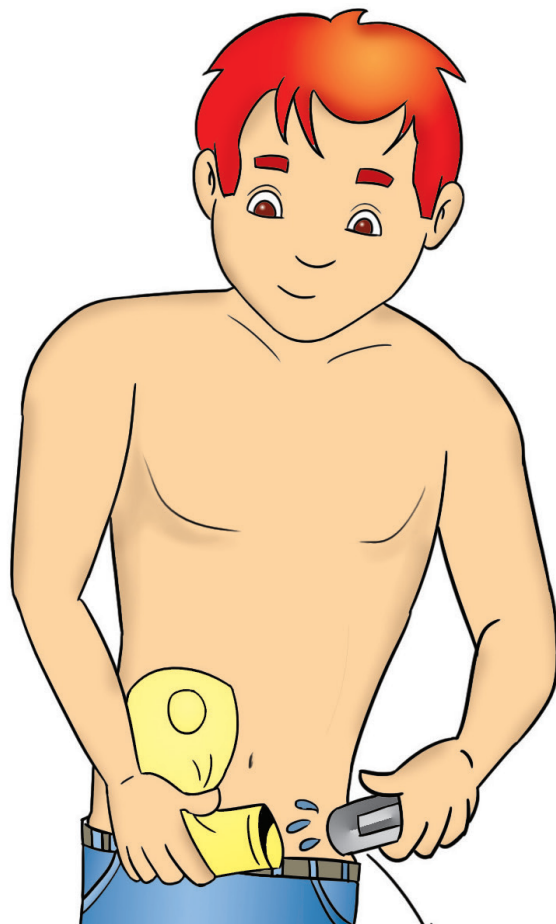
- importante também saber que estoma não deve ser utilizado para a relação sexual e que este tipo de atividade poderá levar a sérios traumas;

Quanto ao seu estilo de vida e dieta:

- após o período de recuperação da cirurgia, você poderá aos poucos, voltar a comer os alimentos que mais gosta, a menos que seu médico, ou sua nutricionista prescreva uma dieta especial. Alimentos que produzam gases e mal odor, devem ser evitados;
- você poderá usar uma bolsa com filtro, ou ainda desodorantes próprios para bolsa coletora;
- você não precisa mudar a maneira de se vestir. Em breve você verá que as suas roupas ainda poderão ser usadas!

Este “kit de emergencia” poderá ser organizado em uma pequena bolsa ou necessair onde você poderá guardar uma bolsa já recortada, uma toalhinha ou um lenço umedecido além de um pequeno saco plástico para a colocação da bolsa suja.

Lembre-se: a possibilidade de que a sua vida e tudo o mais seja igual ou próximo ao que era antes da ileostomia, dependerá do grau de independência que você consiga!



Lembre-se:

A possibilidade de que a sua vida e tudo o mais seja igual ou próximo ao que era antes da ileostomia dependerá do grau de independência que você consiga!

Outras informações importantes:

- O paciente “estomizado” é considerado uma pessoa com deficiência física e portanto tem os direitos assegurados no Estatuto da Pessoa com Deficiência (PCD)
 - Vagas de empregos para PCD
 - Isenção de impostos na compra de veículos
 - Passe livre em transporte público
 - Isenção do rodízio municipal de veículos
 - Resgate da Previdência privada
- Direito assegurado de recebimento de bolsas coletoras pelos planos privados de assistência à saúde (Lei número 12.738 de 30 de novembro de 2012)
 - Aposentadoria por invalidez
 - Cada paciente é um caso específico e por isso os benefícios podem variar.
 - Em caso de dúvidas converse com seu Estomaterapeuta e com o Assistente Social da sua Unidade que certamente poderão ajudá-lo.

Autores:

Jaqueline Ribeiro de Barros: Enfermeira Doutora, Coordenadora da Comissão de Enfermagem do GEDIIB, membro da Organização Europeia de Crohn e Colite.

Sílvia Alves da Silva Carvalho: Enfermeira Estomaterapeuta, Sub Coordenadora da Comissão de Enfermagem do GEDIIB, membro da Associação Brasileira de Estomaterapia – SOBEST, membro do Comitê de Ética e Pesquisa do Complexo Hospitalar Padre Bento de Guarulhos, graduanda em medicina pela UNAERP.

Antônia Mauryane Lopes: Enfermeira Mestre e doutoranda em Enfermagem pela UFPI, Membro da Comissão de Enfermagem do GEDIIB, especialista em alta complexidade, pesquisadora, coordenadora do curso de graduação em enfermagem.

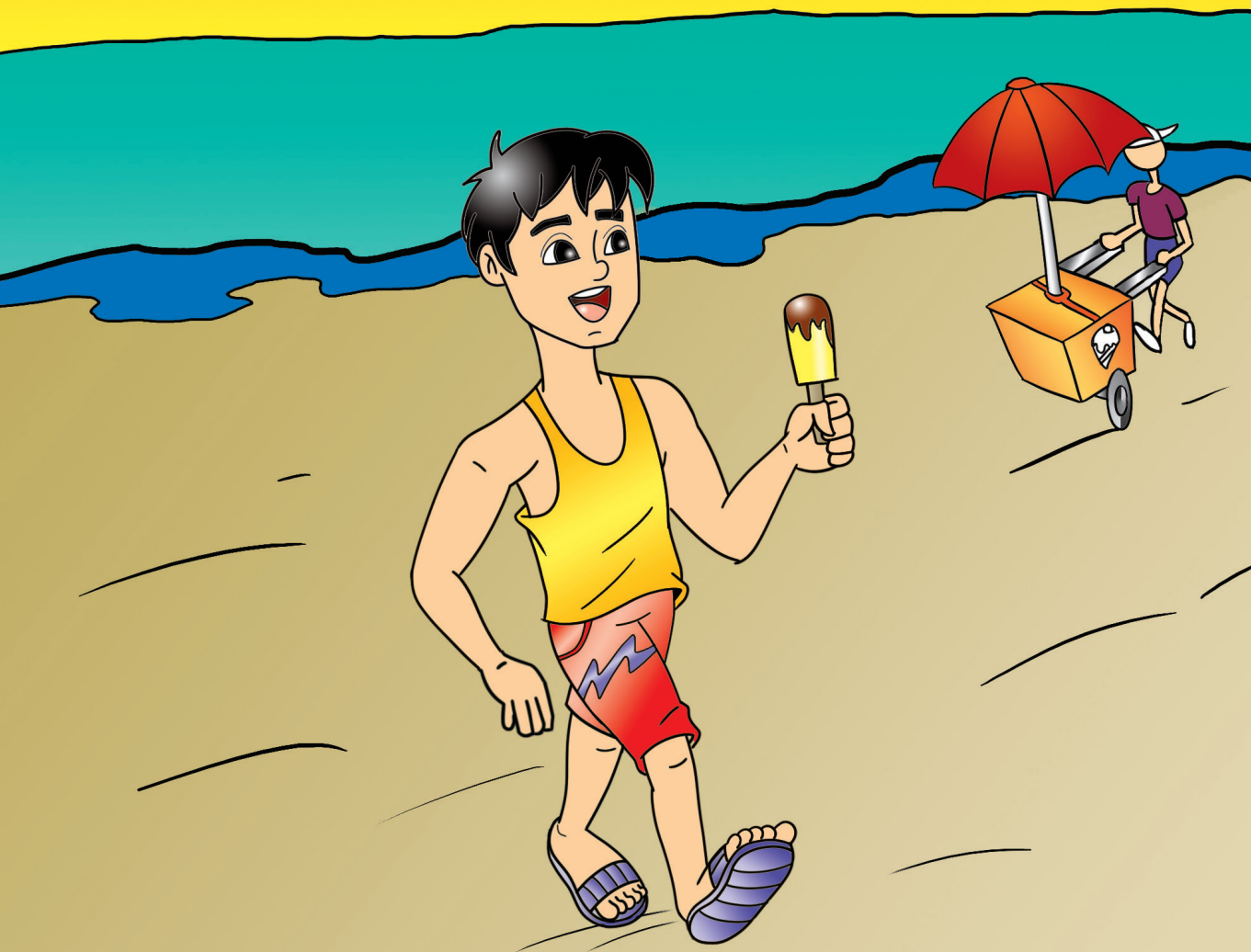
Lucia Helena Lourenço: Enfermeira Mestre, Membro da Comissão de Enfermagem do GEDIIB, especialista em saúde pública, membro do Comitê Científico do Núcleo de Enfermagem da SOBED.

Tania das Graças de Souza Lima: Enfermeira Estomaterapeuta e Doutora, Membro da Comissão de Enfermagem do GEDIIB, membro da Associação Brasileira de Estomaterapia – SOBEST, Membro do Conselho Mundial de Estomaterapia (WCET), da Sociedade de Enfermeiras em feridas, estomias e incontinências urinária e fecal (WOCN) e da Sociedade Internacional de Continência (ICS) e Diretora da Clínica By Care.

José Luiz Gonzaga Junior: Enfermeiro Estomaterapeuta, graduando em medicina pela UNAERP e colaborador da Comissão de Enfermagem do GEDIIB.

Veja, a sua vida não é somente uma ileostomia!

Você é muito mais!!!!



Cartilhas



www.gediib.org.br