

CONSIGLI DIETETICI PER ILEOSTOMIE

I seguenti consigli dietetici possono variare da persona a persona in relazione alle sue abitudini alimentari e tollerabilità ai vari alimenti.

La dieta dovrebbe essere:

- a contenuto ridotto di lipidi (aumentano il transito intestinale)
- a contenuto ridotto di fibre (valutandone la tollerabilità individuale)
- ricca in minerali e vitamine (Mg,Ca,P,Na,K)
- abbondante in liquidi

Caratteristiche	Alimenti
Aumentano il transito intestinale	bevande gassate cibi fritti latte intero panna e formaggi dolci con creme cioccolato e panna verdura e frutta (evitare la buccia i semi, la frutta secca, cavoli, asparagi, verze, peperoni, melanzane, broccoli)
Rallentano il transito intestinale	pane, pasta e riso, brodo vegetale pesce e carni bianche carote e patate mele crude e banane
Responsabili di maggior formazione di gas	lattosio, legumi carni affumicate, pesce fritto cavoli, broccoli, carciofi, peperoni bevande gassate, birra, alcolici
Responsabili di maggior formazione di odori	aglio, uova, cipolla, porri, melanzane, peperoni, melone, funghi, pesce, legumi, spezie

INDIRIZZI PER CENTRI STOMIZZATI

AGRIGENTO Az. Sanitaria "S.Giovanni di Dio" 0922442368	MESSINA Azienda Ospedaliera "Papardo" 0903992279
ALESSANDRIA Ospedale Civile 0131206580	MILANO Ospedale "Fatebenefratelli" 0263632503
BARI Associazione Stomizzati 0805593068	MODENA Associazione Volontariato 3483572435
BENEVENTO Centro Riabilitazione 082457633/330	NAPOLI Ospedale "Cardarelli" 0817472344/45
BERGAMO Ospedali Riuniti 035269316	OLBIA Ospedale "Paolo II" 0789552952
BOLZANO Azienda Sanitaria Alto Adige 0474581161	ORISTANO Ospedale "San Martino" 0783317242
BRESCIA Fondazione Poliambulanza 03035351	PALERMO Ospedale "Villa Sofia" 0917804116
BRINDISI Associazione Stomizzati 082457633	RAVENNA Riabilitazione Stomizzati 0544286347
CATANIA Nuovo Ospedale "Garibaldi" 0957595017	REGGIO EMILIA Ospedale "Santa Maria Nuova" 0522296328
CAGLIARI Ospedale "S.S. Trinità" 0706095879	ROMA Ospedale "Sandro Pertini" 0641433492
COSENZA Casa di Cura "la Madonnina" 0984822311	SASSARI Istituto di Clinica Chirurgica 079228392
FIRENZE Ospedale "Careggi" 0557947321	TERNI Azienda Ospedaliera "Santa Maria" 0744205435
GENOVA Ospedale "San Martino" 0105600513/509	TORINO A.O."San Giovanni Battista" 0116333804
GROSSETO Ambulatorio Stomizzati 0564485394	TRENTO Ospedale "Santa Chiara" 0461903470
LA SPEZIA Ospedale Felettino 0187533678	TRIESTE Ospedali Riuniti 0403994265
LECCE Ospedale "San Giuseppe" 0832936355	UDINE A.O "S. Maria della Misericordia" 0432552366
MATERA Ospedale di Matera 0835253280	VERONA IRCCS Osp. S. Cuore di Negrar di Valp. 0456013716 Ambulatorio Stomie 0456013257 Segreteria CUP

PER ULTERIORI INFORMAZIONI VISITARE
www.aistom.org - www.favo.it

• Realizzato dal personale dell'U.O. •



**SACRO CUORE
DON CALABRIA**
IRCCS

Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico
Sacro Cuore - Don Calabria
Ospedale Classificato e Presidio Ospedaliero Accreditato - Regione Veneto
Negrar di Valpolicella (Verona)

**DIPARTIMENTO PER LA TUTELA DELLA SALUTE
E DELLA QUALITÀ DI VITA DELLA DONNA**

U.O.C. di Ostetricia e Ginecologia
Direttore: Dr. Marcello Ceccaroni

Percorsi di aiuto
Consigli utili
per la paziente con ileostomia



Il termine enterostomia viene dal greco “stoma” e significa bocca o apertura. Nel linguaggio medico identifica la connessione di un viscere cavo dell'apparato digerente o dell'apparato urinario con la superficie cutanea.

Le stomie dell'apparato digerente possono essere: ileostomie (collegamento dell'ileo), quelle più frequenti negli interventi per endometriosi profonda, oppure colostomie (collegamento del colon).

Le stomie possono essere permanenti o temporanee. Quest'ultime, dopo un certo periodo di tempo definito dal chirurgo, sono rimosse ed è ripristinato il transito intestinale mediante un secondo intervento di “ricanalizzazione”.



COME SCEGLIERE I PRESIDI PER LA STOMIA?

La scelta del miglior presidio dipende dalle esigenze della persona.

Sistema due pezzi

Costituito da:

- placca, piana o convessa, di varie misure;
- sacchetto di raccolta.

Sistema monopezzo:

- placca sacca sono fuse insieme.

Le sacche moderne sono ermetiche e dotate di filtro in carbone attivo per cui non si diffondono odori sgradevoli.

Sono inoltre disponibili alcuni prodotti che la possono aiutare nella gestione della stomia: pasta protettiva, polvere, film protettivo, spray.



GESTIONE DELLA STOMIA

Durante il suo periodo di ricovero ripeteremo insieme le azioni descritte in questo documento, iniziando due o tre giorni dopo l'intervento chirurgico.

Il nostro obiettivo è quello di renderla autonoma nella gestione del presidio, coinvolgendo, qualora le fosse gradito, una persona a lei vicina che potrebbe affiancarla dopo la dimissione.

DA RICORDARE

- La stomia si presenta rossa e umida e toccarla durante l'igiene non produce alcun dolore.
- Le dimensioni dello stoma si riducono fino a stabilizzarsi dopo circa 6 settimane dall'intervento.
- La cute peristomale deve essere protetta dal contatto con feci o urine.
- Per qualsiasi alterazione a carico della stomia e della cute circostante non esiti a rivolgersi alla stomaterapista.
- Nonostante l'ileostomia, è possibile la fuoriuscita di feci o gas dall'ano.

SOSTITUZIONE DEL PRESIDIO

Obiettivi della procedura: mantenere l'integrità della cute peristomale, garantire l'adesività del sistema di raccolta, favorire il benessere psicofisico.

Materiale occorrente: sistema di raccolta mono o due pezzi, acqua tiepida, sapone neutro, panno carta, forbici, sacchetto per rifiuti.

Intervallo di sostituzione dei presidi:

- placca ogni 72 ore;
- sacca ogni 24 ore;
- monopezzo ogni 24 ore.

Sequenza degli atti per la sostituzione del presidio

- 1) Lavare le mani con acqua e sapone prima e dopo l'esecuzione della procedura. Durante la sostituzione potrà fare la doccia scegliendo se tenere il presidio attaccato o meno.

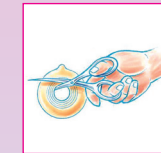


- 2) Staccare il sistema di raccolta dall'alto verso il basso tenendo la cute peri-stomale distesa. Svuotare il contenuto della sacca nel wc.

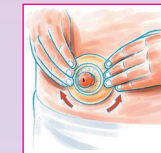


- 3) Con movimenti circolari, procedendo dall'esterno verso la stomia, lavare la cute con acqua e sapone utilizzando un panno di carta.

- 4) Sciacquare ed asciugare la pelle con un panno carta.



- 5) Ritagliare il foro della placca in relazione alle stesse dimensioni della stomia, se si utilizza una placca modellabile adattarla con le dita alle dimensioni dello stoma.



- 6) Dopo aver rimosso la pellicola che protegge la parte adesiva, appoggiare il margine inferiore del foro della placca al bordo inferiore dello stoma e completare l'adesione dal basso verso l'alto. Si consiglia di scaldare la placca per qualche istante tra le mani, per migliorarne l'adesività.

- 7) Agganciare la sacca alla placca assicurandosi della perfetta tenuta del sistema

