

## Нега на илеостомија

### Како треба да ја менувам мојата кеса?

#### Опрема

За да ја смените вашата кеса потребни ви се следните работи:

- Сад со топла вода
  - Крпа за бришење или нешто слично
  - Кеса со исечена дупка, ако е потребно
  - Нова кеса
  - Пластична кеса за губре
  - Сè друго што може да биде потребно, како што се „barrier wipes“ или „adhesive remover wipes“ (Тоа се специјални видови на средства за бришење).
1. Можеби е најдобро кесата да се смени наутро пред појадок, зашто тогаш е помалку активна
  2. Извадете ја валканата кеса така што ќе ја одлепите од кожата
  3. Ако сакате, може да се истуширате откако сте ја извадиле кесата
  4. Измијте ја кожата со крпата за бришење натопена во топла вода. Добро избришете ја и исушете кожата
  5. Ставете чиста кеса врз кожата, како што ви покажале.



## Caring for my ileostomy

### How should I change my pouch?

#### Equipment

To change your pouch you will need the following things:

- A bowl of warm water
  - A washcloth or something similar
  - A pouch with a hole cut out, if needed
  - New pouch
  - A plastic bag for the rubbish
  - Anything else you may need such as barrier wipes or adhesive remover wipes (These are special types of wipes).
1. It may be best to change the pouch first thing in the morning, before breakfast, as it is less active then
  2. Take off the dirty pouch, by peeling it way from the skin
  3. If you wish, you may shower when you take the pouch off
  4. Clean the skin with a wash cloth and warm water. Dry the skin well
  5. Apply the clean pouch to the skin, as you have been taught.



## Нега на илеостомија

### Совети

- Основната плоча – „base plate“ (два дела) може да остане на местото 3 до 4 дена, ако не тече
- Кесата може да се менува секој ден
- Кога излегувате од дома, со себе секогаш носете резервна кеса. Исто така земете пластична кеса за фекалии и сè друго што може да ви треба.

### Како да ја фрлам валканата кеса?

- Содржината на кесата испразнете ја во тоалет
- Валканата кеса ставете ја во пластична кеса и взете ја
- Може да употребите кеси за во фрижидер (freezer bags) и за пелени (nappy bags). Тие се евтини
- Завиткајте ја кесата во весник и ставете ја во кантата за фекалии
- Не го горете тоа фекалии.

### Кога стомата треба да се провери?

Вашата медицинска сестра за стомална терапија (stomal therapy nurse) треба да ја провери вашата стома 2 до 6 недели по излегувањето од болница или порано ако се појават проблеми.

### Како може да нарачам материјал?

- Секогаш имајте во резерва материјал за две недели
- При секоја испорака вие ќе добиете нов формулар за нарачки од Ostomy Association. Вие може да го нарачувате вашиот материјал еднаш месечно или според потреба.



## Caring for my ileostomy

### Hints

- Your base plate (two piece) can remain in place for up to 3 to 4 days, providing it does not leak
- Your pouch can be changed daily
- When you go out, always take a spare pouch with you. Also take a plastic bag for the rubbish and anything else you may need.

### How should I dispose of the dirty pouch?

- Empty the contents of the pouch into the toilet
- Put the dirty pouch into a plastic bag and tie it off
- You can use freezer bags and nappy bags. They are cheap
- Wrap the pouch in a newspaper and place it in the rubbish bin
- Do not burn this rubbish.

### When should my stoma be checked?

Your Stomal Therapy Nurse should check your stoma within 2 to 6 weeks after discharge from hospital or earlier if problems occur.

### How can I order supplies?

- Always keep two weeks of supplies
- You will receive a new order form from the Ostomy Association with each delivery. You may order your supplies monthly or as required.

