

Нега на уростомија

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 ѓубре
 - Сè друго што може да биде потребно, како што се „barrierwipes“ 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.

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 ѓубре и сè друго што може да ви треба.



Caring for my urostomy

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.

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.



Нега на уростомија

Како да ја фрлам валканата кеса?

- Содржината на кесата испразнете ја во нужник
- Валканата кеса ставете ја во пластична кеса и врзете 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 ѓубре
- Не го горете тоа ѓубре.

Што да правам ноќе?

- Кесата може да ја споите со вреќичка за празнење ноќе (overnight drainage bag). Тоа ќе обезбеди да не станувате ноќе.
- Кога вреќичката за празнење ноќе (overnight drainage bag) е споена, проверете дали славината на кесата (pouch tap) е отворена, а славината на вреќичката за празнење ноќе (overnight drainage bag) затворена
- Обезбедете вреќичката за празнење да не ја влече кесата
- Вреќичката за празнење ставете ја одстрана од креветот, во кофа на подот
- На располагање е лента што ќе ја држи цевката прицврстена за ногата. Таа служи да спречи цевката да се свитка додека спиете. Лентата може бесплатно да се добие од Ostomy Association.



Caring for my urostomy

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.

How do I manage overnight?

- You can connect an overnight drainage bag to your pouch. This will ensure less disruption to your sleep
- When the overnight drainage bag is connected, make sure the pouch tap is open and the overnight drainage bag tap is closed
- Ensure the drainage bag does not pull on the pouch
- Place the drainage bag over the side of the bed, in a bucket on the floor
- A strap to hold the tube to your leg is available. This is used to help stop the tube from twisting while you sleep. The strap is free from the Ostomy Association.



Нега на уростомија

Како да ја чистам вреќичката за празнење ноќе?

- Наутро откачете ја вреќичката за празнење ноќе (overnight drainage bag) од кесата за мочка и испразнете ја во нужник
- Измијте ја вреќичката за празнење ноќе како што ве научила вашата медицинска сестра за стомална терапија (stomal therapy nurse)
- Вреќичката за празнење ноќе заменувајте ја со нова еднаш неделно.

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 urostomy

How can I clean my overnight drainage bag?

- In the morning, disconnect your overnight drainage bag from the urinary pouch and empty it into the toilet
- Wash your overnight drainage bag as you have been taught by your Stomal Therapy Nurse
- Replace the overnight drainage bag with a new one each week.

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.

