

## Chăm sóc lỗ tiêu nhân tạo từ ruột non

### Tôi cần phải thay túi của tôi như thế nào?

#### Vật dụng

Để thay túi, quý vị cần những thứ sau đây:

- Một bát nước ấm
- Một khăn rửa hay một miếng vải tương tự
- Một cái túi đã cắt lỗ nếu cần
- Một cái túi mới
- Một bao nhựa để đựng rác
- Quý vị có thể cần một số thứ khác như màng chắn hay miếng chùi keo (Đây là những sản phẩm đặc biệt dùng để chùi).

1. Tốt hơn cả là quý vị nên thay túi vào buổi sáng trước khi ăn điểm tâm. Bởi vì lúc đó lỗ tiêu vẫn chưa hoạt động nhiều
2. Gỡ cái túi dơ bằng cách bóc túi khỏi lớp da
3. Nếu muốn, quý vị có thể tắm khi gỡ túi dơ
4. Rửa vùng da ấy bằng khăn và nước ấm rồi lau cho da thật khô
5. Gắn túi sạch vào da của mình như đã được chỉ dẫn.

*'Supported by the Ivor Ronald Evans Foundation, as administered by Equity Trustees'*

Version 1.0 – August 2010



## 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.



*'Supported by the Ivor Ronald Evans Foundation, as administered by Equity Trustees'*

Version 1.0 – August 2010

## Chăm sóc lỗ tiêu nhân tạo từ ruột non

### Những điều cần ghi nhớ

- Quý vị có thể cứ để nguyên miếng băng keo giữ miệng túi (hai miếng) cho đến 3 hay 4 ngày nếu như nó không rỉ
- Túi của quý vị có thể được thay mỗi ngày
- Khi ra khỏi nhà, quý vị nên luôn đem thêm một cái túi sạch. Ngoài ra, quý vị cũng nên đem theo những thứ cần dùng khác kể cả bao nhựa để đựng rác.

### Tôi phải làm thế nào để vứt bỏ túi dơ (túi đã dùng rồi)?

- Trút bỏ phân trong túi vào nhà vệ sinh
- Bỏ túi dơ vào trong bao nhựa rồi cột bao lại
- Quý vị có thể dùng bao bao đựng đồ đông lạnh hay bao đựng tã dơ. Đây là hai loại bao rẻ tiền
- Lấy giấy báo gói chiếc túi lại rồi bỏ vào thùng rác
- Đừng bao giờ đốt túi đã dùng rồi.

### Lỗ tiêu nhân tạo cần được kiểm tra khi nào?

Y Tá Chuyên Về Lỗ Tiêu Tiểu Nhân Tạo nên kiểm tra lỗ tiêu của quý vị trong vòng 2 đến 6 tuần lễ sau khi quý vị xuất viện. Tuy nhiên, nếu có vấn đề thì cần phải kiểm tra sớm hơn.

### Tôi có thể yêu cầu xin thêm túi và những vật dụng đi kèm như thế nào?

- Phải luôn dự trữ túi và những vật dụng đi kèm đủ cho hai tuần
- Quý vị sẽ được Hội Hỗ Trợ Người Có Lỗ Tiêu Tiểu Nhân Tạo gửi cho một đơn xin thêm hàng dự trữ mỗi khi họ giao hàng cho quý vị. Quý vị có thể xin thêm hàng mỗi tháng hay xin thêm mỗi khi cần.

*'Supported by the Ivor Ronald Evans Foundation, as administered by Equity Trustees'*

Version 1.0 – August 2010



## 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.

*'Supported by the Ivor Ronald Evans Foundation, as administered by Equity Trustees'*

Version 1.0 – August 2010

