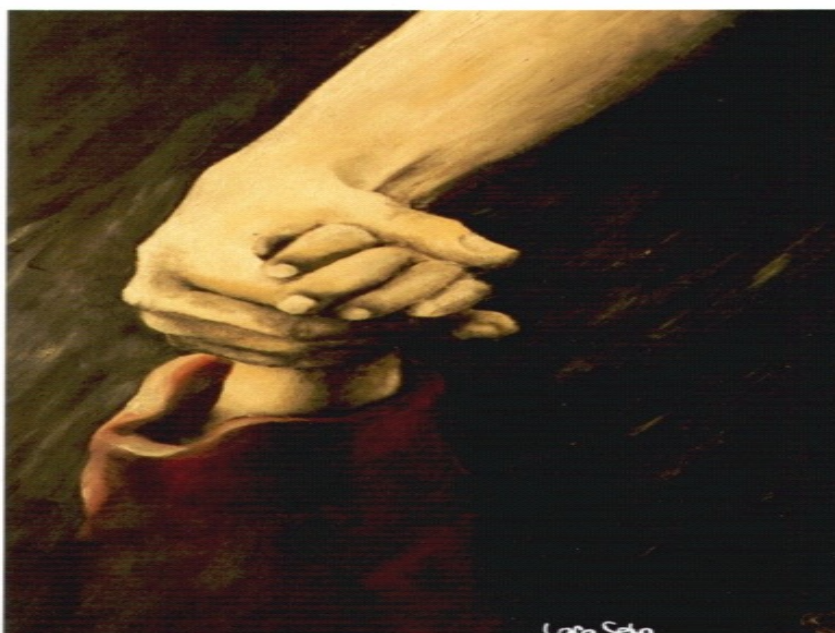




OPUSCOLO INFORMATIVO



Direttore Dott. Massimo Dal Bianco
Coordinatrice Anita Boschetto

OPUSCOLO DI SUPPORTO PER PERSONE PORTATRICI DI UROSTOMIA

Questo opuscolo informativo vuole dare consigli, suggerimenti e nozioni su tutto ciò che riguarda la gestione della propria urostomia.

Si desidera offrire una risorsa informativa in più a Voi, che in questo momento particolarmente difficile e combattuto, dovete accettare e gestire questo “nuovo organo”.

COS'E' UNA UROSTOMIA?

La parola “urostomia” deriva dalla parola urina e dal termine greco “stomia”.

L'intervento chirurgico che le è stato praticato ha reso necessario il confezionamento di una ureteroileocutaneostomia.

Con questo intervento gli ureteri che drenano le urine dal rene destro e sinistro sono stati collegati ad un tratto d'intestino a sua volta collegato alla cute addominale per consentire la fuoriuscita delle urine.

Questa nuova apertura deve essere considerata un vero e proprio organo che, però, non può essere controllato volontariamente, per questo viene usata una placca adesiva e una sacca di raccolta. Abituarsi al funzionamento di questo nuovo organo è difficile, ma risulta essere importantissimo perché bisogna imparare a guardarlo, conoscerlo e a trattarlo con sicurezza e senza imbarazzo.

E' bene ricordare alcune esperienze di persone urostomizzate.

- Il signor E. "...dopo l'intervento il mio fisico si riprendeva ma il mio morale no. Iniziai a uscire di casa e a vedere persone amiche. Ripresi a lavorare e a tenere la mente occupata sui compiti da svolgere e non sui tristi pensieri di quando stavo chiuso in casa. Per me è stato un grande aiuto. Certo quei pensieri erano sempre pronti a ritornare, soprattutto, quando mi capitava qualche incidente, ma non erano più i padroni incontrastati della mia mente."

- La signora M. ci ricorda che: "...la vita è bella nonostante tutto...ne abbiamo una sola da vivere e quindi dobbiamo farlo con grinta, fino in fondo e con un po' di coraggio si possono fare grandi ed importanti cose."

- Il signor P.aveva molta paura di non riuscire a gestire la propria stomia: "Vi posso assicurare che con un po' d'impegno anche le persone che sono sicure di non farcela, come lo ero io, riusciranno ad autogestirsi e diventeranno più brave di molti infermieri. Bisogna però applicarsi, accettare questo cambiamento e avere molta pazienza perché ognuno di noi ha i propri tempi. Io ringrazio Dio perché quest'intervento mi ha salvato la vita e vi assicuro che per me è ancora bella."

CARATTERISTICHE DEI DISPOSITIVI DI RACCOLTA

Con la stomia non è possibile controllare volontariamente la fuoriuscita dell'urina. La sua raccolta viene affidata ad un dispositivo specifico: la sacca e la placca. La tecnologia moderna ha da tempo affrontato questo problema ed attualmente è possibile disporre di una vasta gamma di dispositivi ed accessori in grado di rispondere a tutte le esigenze di sicurezza e di confort. **I requisiti di questo dispositivo sono:**

- la perfetta adesività alla cute;
- la capacità di garantire la massima protezione alla cute che sta attorno allo stoma;
- l'impermeabilità totale ai liquidi e agli odori;
- la silenziosità del materiale di cui è composta;
- forma e dimensioni completamente mimetizzati sotto gli abiti;
- praticità e maneggevolezza per il cambio;
- deve essere leggero, flessibile, resistente, con angoli arrotondati.

I sistemi attualmente in commercio possono essere monopezzo o a due pezzi. Per il paziente urostomizzato generalmente si consiglia il sistema a due pezzi, anche se non è da escludere che, qualora vi fosse l'intenzione di utilizzare il monopezzo, esso garantisca la medesima sicurezza.

Viene detto sistema a due pezzi perché è costituito come dice la parola stessa da due pezzi: un pezzo è detto placca, l'altro viene detto sacchetto.

La placca è costituita da materiale a base di idrocolloidi. Il sacchetto è costituito da materiale in PVC o polietilene con bordi termosaldati con o senza rivestimento in tessuto non tessuto.

Placca e sacchetto vengono incastrati tra loro attraverso una lieve pressione, ottenendo così una chiusura ermetica. La placca ha la funzione di proteggere la cute dall'urina che può macerare la zona peristomale (attorno allo stoma).

Il sacchetto è munito:

- di rubinetto di scarico, il quale può essere collegato di notte ad una sacca di raccolta con una capacità minima di due litri.
- valvola antireflusso (l'urina una volta uscita si raccoglie nel sacchetto e grazie alla valvola non torna allo stoma).

Il sacchetto è trasparente, utile per valutare sempre il colore delle urine.

Oltre a placca e sacca esistono molti **altri prodotti**.

I più importanti sono:

- **Pasta barriera.** E' una pasta che serve per aumentare la protezione della cute nell'area attorno allo stoma. La pasta favorisce una perfetta adesione della placca, soprattutto in presenza di pieghe cutanee o altre irregolarità della pelle.
- **Polvere assorbente.** E' utilizzata in caso di escoriazioni essudanti in quanto assicura un corretto assorbimento e mantiene asciutta la cute garantendo così la totale adesività e tenuta della placca.
- **Cintura addominale.** Si tratta di una cintura di sostegno elastica, adattabile alla circonferenza addominale. Va applicata fissando le due estremità alle asole presenti sulla flangia del sistema di raccolta a due pezzi. Indicata per aumentare la sicurezza di tenuta della placca, quando a causa di rilievi cutanei non avviene una perfetta adesione del dispositivo di raccolta.
- **Sacche raccolta urina da notte.** Durante la notte è consigliato collegare la sacca dell'urostomia ad una sacca da raccolta urina (capacità massima due litri) da appoggiare al pavimento; così sarà possibile riposare tutta la notte senza alzarsi più volte per svuotare la sacca nel wc.

PULIZIA E CAMBIO DEL PRESIDIO

Lo stoma è un nuovo organo e ad esso bisogna dedicare la stessa cura e attenzione destinata alle altre parti del corpo. Anche i gesti adottati normalmente per detergere e lavare la pelle e gli orifizi naturali, sono gli stessi

nella pulizia quotidiana dello stoma. Con l'aiuto di garzette oppure soffici panni carta, acqua tiepida, sapone neutro e spugnette, si dovrà lavare delicatamente la cute peristomale con movimenti circolari dall'interno della stomia verso l'esterno. Importante è asciugare bene la zona, tamponando senza sfregare, prima di applicare il dispositivo di raccolta. Essendo lo stoma incontinente, durante la pulizia, si consiglia di tamponare la fuoriuscita involontaria di urina appoggiando sullo stoma un piccolo batuffolo di garza, ricordando di asportarlo prima dell'applicazione del presidio.

Nel caso in cui, in zona peristomale, cresca del pelo, bisogna asportarlo con una lametta da barba in maniera molto delicata stando attenti a non graffiare lo stoma. La presenza del pelo non garantisce una buona tenuta del presidio.

E' fondamentale **non usare mai** detergenti come: etere, benzina, alcool, trielina, in quanto sono molto irritanti e dannosi per la cute.

La pulizia dello stoma può essere effettuata a qualsiasi ora del giorno, anche se si consiglia di eseguirla il mattino, quando l'urina è più concentrata e quindi è più pratico il cambio del sacchetto.

Non c'è motivo di cambiare le proprie abitudini, si può eseguire l'igiene del corpo sia in vasca da bagno che in doccia; tuttavia per maggiore tranquillità, si consiglia di sostituire la placca al termine dell'igiene.

Per quanto riguarda il sistema a due pezzi, la sostituzione del sacchetto sarà effettuata tutti i giorni, mentre la placca sarà sostituita ogni 48 ore. Per il sistema monopezzo la sostituzione avverrà giornalmente.

Quando si sostituisce la placca è consigliato riscaldarla un po' con le mani, per migliorarne l'adesività.

Se nella sostituzione del presidio si ravvisassero delle anomalie sullo stoma o sulla cute peristomale, sarà bene rivolgersi ai più vicini Centri di Stomatoterapia.

Non esistono diete particolari da seguire per urostomizzati; si consiglia comunque di bere circa 1,5 litri di acqua al giorno.

COSA FARE

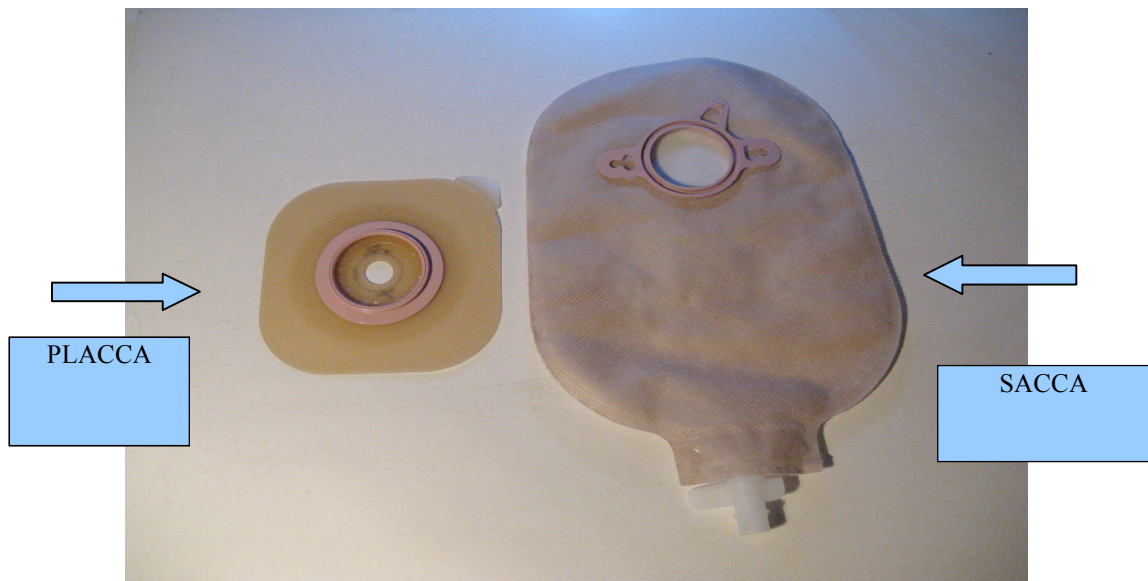
Le informazioni che ora seguono sono state preparate per aiutare ad eseguire in autonomia l'igiene, la sostituzione del sistema di raccolta e quindi ottenere il massimo confort.

Seguendo in modo dettagliato quanto descritto, si eviteranno irritazioni della pelle e il presidio si manterrà adeso fino al cambio successivo.

Nel periodo tra una sostituzione e l'altra, se necessario, si potranno svuotare le urine presenti nella sacca, nel water, aprendo il rubinetto di chiusura.

Si consiglia di eseguire il cambio della sacca nel bagno, assumendo una posizione eretta, vicino al lavandino e con uno specchio davanti per guardarsi bene lo stoma.

**INDICAZIONI DA SEGUIRE PER ESEGUIRE
L'IGIENE E LA SOSTITUZIONE DEL SISTEMA A
DUE PEZZI.**



La placca va sostituita ogni due giorni mentre la sacca ogni giorno.

Si lavi le mani e prepari il materiale sotto elencato.....

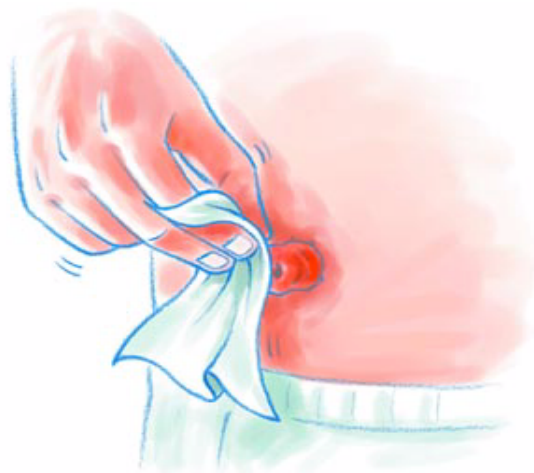
- Catino
- Acqua tiepida (per la detersione e il risciacquo)
- Panno carta o simili
- Spugnetta morbida monouso
- Sapone neutro (per la detersione)
- Asciugamano morbido
- Presidio a due pezzi per urostomia: placca e sacca con rubinetto
- Forbici a punta arrotondata
- Misuratore di stomia, se la sacca ha il foro da ritagliare
- Sacchetto per smaltire i rifiuti
- Sacca di raccolta urine da letto (da collegare durante la notte)

....e lo sistemi a portata di mano

- Rimuovere delicatamente il sistema di raccolta dall'alto verso il basso, tendendo e umidificando la cute peristomale.



- Appoggiare sulla stomia un tampone di garza o panno carta per evitare la fuoriuscita continua delle urine.
- Detergere e risciacquare la cute peristomale con movimenti circolari dall'interno della stomia verso l'esterno.



DETERSIONE



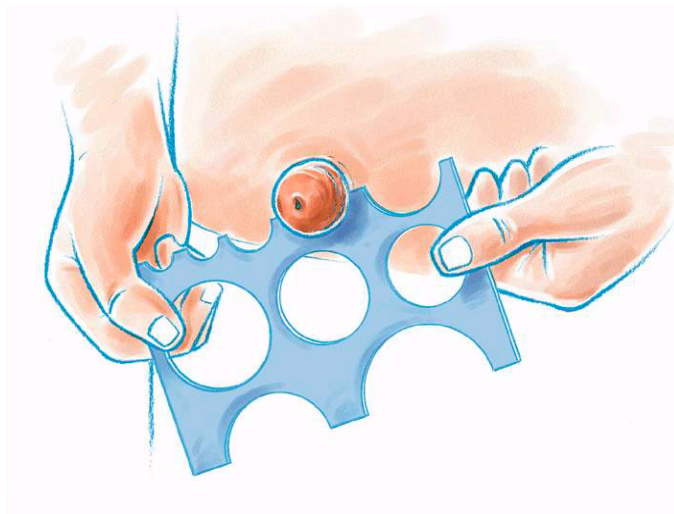
RISCIACQUO

- Asciugare tamponando la cute con panno carta, asciugamano o altro materiale pulito.

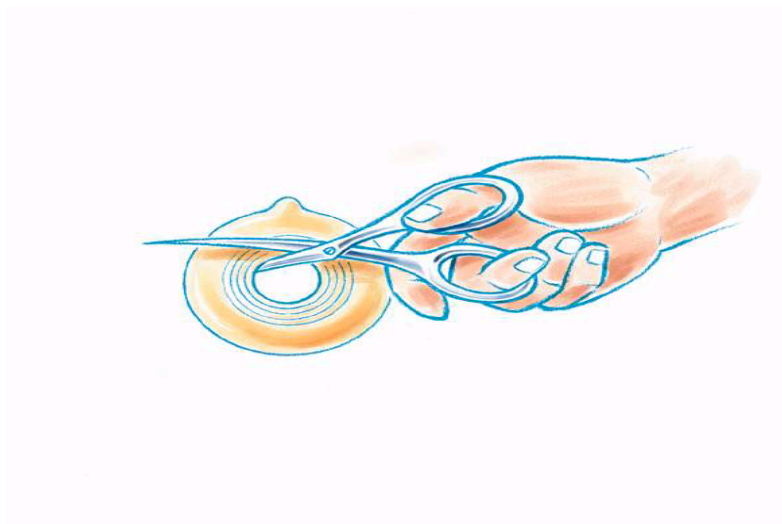


ASCIUGATURA

- Misurare il diametro della stomia con il calibratore.
- Ritagliare il foro della placca delle stesse dimensioni della stomia con una tolleranza di 2/3 mm superiori alle dimensioni della stomia.

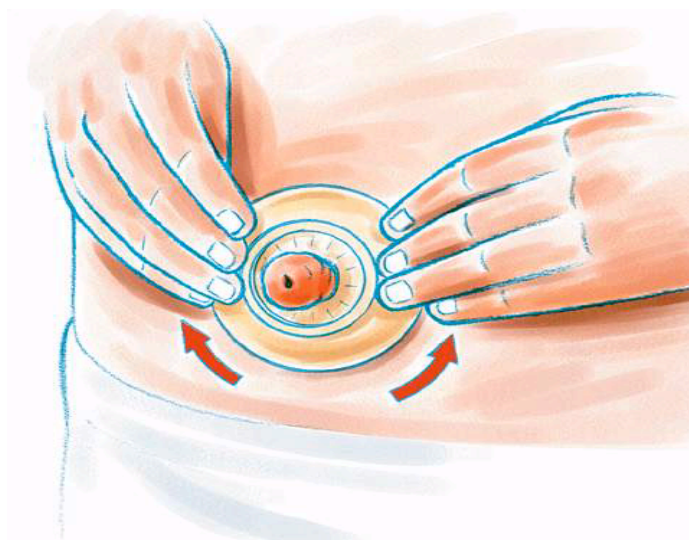


MISURAZIONE STOMIA

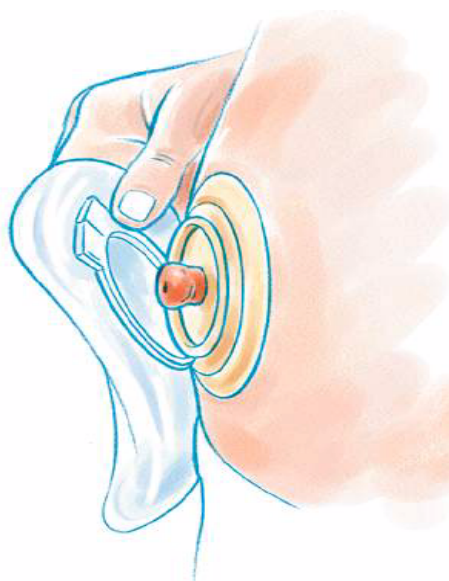


RITAGLIO PLACCA

- Rimuovere la pellicola che protegge l'adesivo evitando di maneggiare la parte adesiva.
- Far corrispondere il foro della placca con lo stoma facendo aderire il presidio alla cute premendo leggermente su tutte le aree della placca.



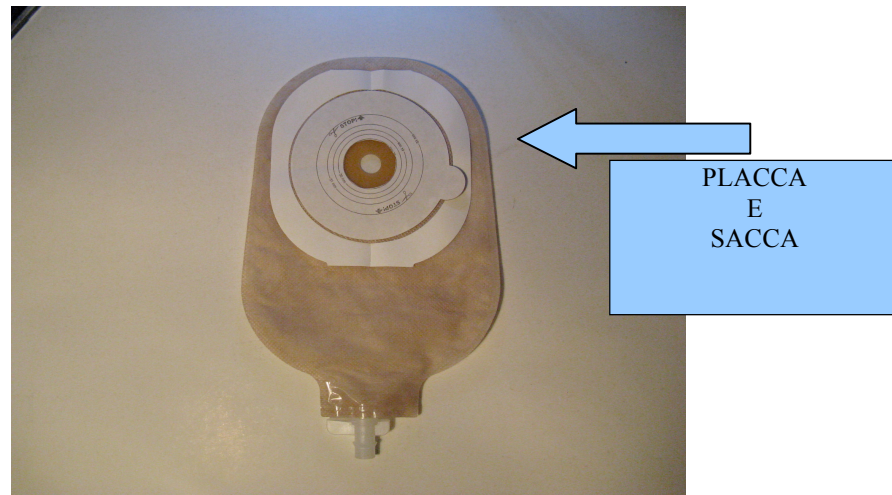
- Agganciare o far aderire la sacca alla placca.



- Chiudere la parte inferiore della sacca.
- Eliminare i rifiuti e riordinare il materiale.

**INDICAZIONI DA SEGUIRE PER ESEGUIRE
L'IGIENE E LA SOSTITUZIONE
DEL SISTEMA MONOPEZZO**

Il sistema monopezzo va sostituito ogni giorno.



Si lavi le mani e prepari il materiale sotto elencato.....

- Catino
- Acqua tiepida (per la detersione e il risciacquo)
- Panno carta o simili
- Spugnetta morbida monouso
- Sapone neutro (per la detersione)
- Asciugamano morbido
- Presidio monopezzo per urostomia con rubinetto di scarico
- Forbici a punta arrotondata
- Misuratore di stomia, se la sacca ha il foro da ritagliare
- Sacchetto per smaltire i rifiuti
- Sacca di raccolta urine da letto (da collegare durante la notte)

....e lo sistemi a portata di mano

- Rimuovere delicatamente il sistema di raccolta dall'alto verso il basso, tendendo e umidificando la cute peristomale, dopo averlo rimosso piegarlo ed eliminarlo nel sacchetto dei rifiuti.



- Appoggiare sulla stomia un tampone di garza o panno carta per evitare la fuoriuscita continua delle urine.
- Detergere e risciacquare la cute peristomale con movimenti circolari dall'interno della stomia verso l'esterno.



DETERSIONE



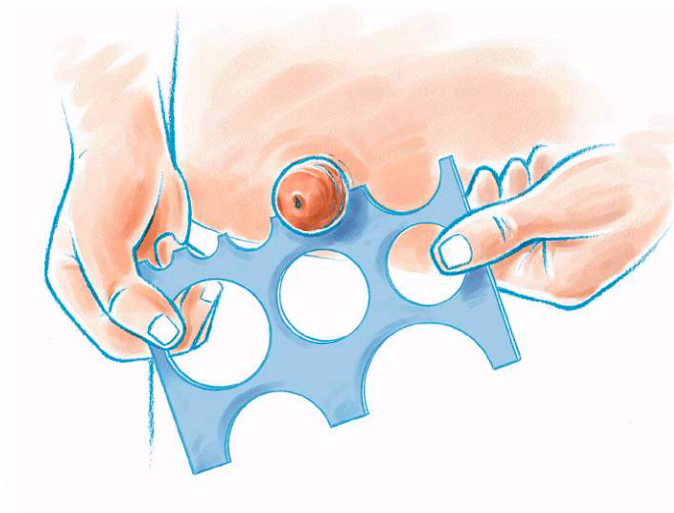
RISCIACQUO

- Asciugare tamponando la cute con panno carta, asciugamano o altro materiale pulito.



ASCIUGATURA

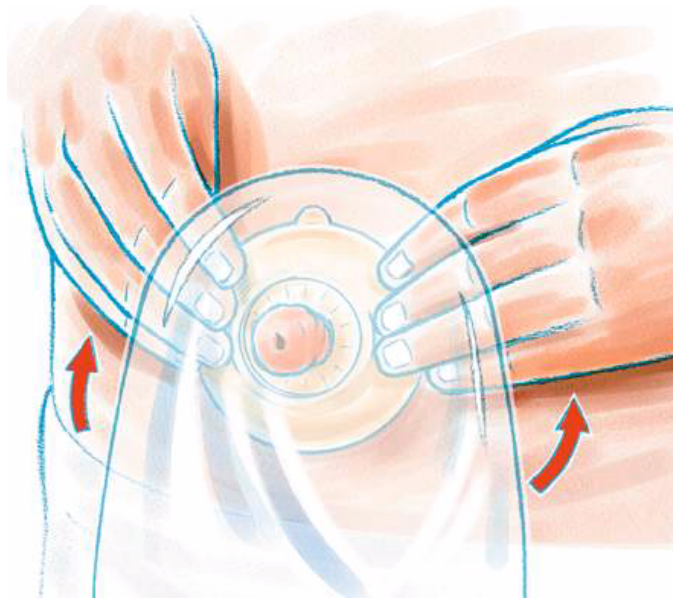
- Misurare il diametro della stomia con il calibratore.
- Ritagliare il foro della placca delle stesse dimensioni della stomia con una tolleranza di 2/3 mm superiori alle dimensioni della stomia.



MISURAZIONE STOMIA

- Piegare a metà l'adesivo della sacca, appoggiare il margine inferiore del foro al margine inferiore dello stoma e completare l'adesione della placca dal basso verso l'alto.





- Chiudere la parte inferiore della sacca.
- Eliminare i rifiuti e riordinare il materiale.

I VOSTRI DIRITTI

In ogni settore la legislazione italiana è voluminosa e complessa; per non disperderci nei meandri burocratici-legislativi, si ricorda l'esistenza di leggi che tutelano i "diritti del disabile stomizzato" ben raccolte in un testo di Francesco Diomede dal titolo: I Diritti dello Stomizzato (per averlo contattare il più vicino Centro di Stomaterapia).

Il Servizio Sanitario Nazionale fornisce al portatore di stomia urinaria i seguenti presidi:

Sistema a due pezzi massimo

- 30 sacchetti al mese
- 20 placche al mese
- 30 sacche di raccolta urina notturna

Sistema monopezzo massimo

- 30 presidi al mese
- 30 sacche di raccolta urina notturna

In oltre se consigliato dallo stomaterapista

- pasta protettiva per la cute peristomale due pezzi al mese
- polvere o film protettivo per zona peristomale due pezzi al mese.

Per gli urostomizzati neo-operati i quantitativi protesici possono essere aumentati del 50%, per la durata massima di sei mesi.

Per la fornitura di protesi e ausili bisogna:

- procurarsi certificato medico con la descrizione dell'intervento chirurgico, (lettera di dimissione);
- al momento della dimissione (dal Reparto) oltre alla lettera è necessario ottenere dal medico le certificazioni attestanti:

1. tipo di patologia (per esenzioni tickets);
2. materiale protesico prescritto.

- rivolgersi al proprio Medico Curante;
- fare domanda di invalidità civile, da inoltrarsi presso l'Ufficio Invalidi Civili dell'U.L.S.S. di appartenenza;
- rivolgersi al distretto di zona con tutta la documentazione.

COSA FARE IN CASO DI BISOGNO

E' sempre bene valutare che le condizioni della stomia e della cute peristomale siano buone; nel caso in cui si verificassero delle alterazioni o delle modificazioni riguardanti lo stoma, sarà necessario rivolgersi al più vicino Centro Stomizzati.

Inoltre, è bene ricordare, che le ditte produttrici di materiale protesico, mettono a disposizione un numero verde (ricordo che trattandosi di numero verde la telefonata è gratuita) utile per:

- avere informazioni sull'utilizzo dei prodotti;
- avere informazioni sulla modalità di rimborso dei prodotti;
- ricevere dei campioni gratuitamente.

NUMERI UTILI:

- F.A.I.S. (Federazione Associazioni Incontinenti e Stomizzati – ONLUS) –
Tel. 011/3043728

U.L.S.S. n. 16 PADOVA
REPARTO DI UROLOGIA OSPEDALE S. ANTONIO
Infermiere Enterostomaterapista Simone Cinetto
Tel. 049/8216414 049/82164