

A photograph of a man and a woman embracing outdoors. The man is on the left, wearing a blue and white checkered shirt, and has his arm around the woman's shoulder. The woman is on the right, wearing a light blue top, and is looking towards the camera with a slight smile. The background is a blurred outdoor setting with greenery and buildings.

Tìm hiểu về hậu môn nhân tạo:

Phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo, Phẫu thuật mở thông ruột hồi hoặc Phẫu thuật mở thông đường tiểu



Cuộc sống sau khi phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo

“ Là người sống cùng với hậu môn nhân tạo, tôi hiểu được tầm quan trọng của sự hỗ trợ và động viên trong những ngày, tuần, thậm chí vài tháng sau khi phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo. Tôi cũng biết cuộc sống này phong phú và ý nghĩa của việc tiếp tục sống như một người hạnh phúc và có ích. Tôi có được tắm không? Tôi có được bơi không? Tôi vẫn được tập thể dục chứ? Tôi sẽ vẫn được có đời sống tình cảm lành mạnh chứ?

Đây là những câu hỏi chọt nảy ra trong tâm trí tôi khi nằm trên giường chờ hồi phục sau cuộc phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo. Trong những tuần tiếp theo, tôi nhanh chóng phát hiện ra câu trả lời cho tất cả những câu hỏi này đối với tôi là CÓ! Tôi là người sẽ cho mình quyền thực hiện những bước cần thiết và hướng về phía trước để vượt qua căn bệnh quái ác của mình. Những người quan tâm và yêu mến tôi sẽ ở bên cạnh để hỗ trợ tôi tiến triển và phục hồi.

Mỗi người sẽ có một hành trình khác nhau. Sẽ có lúc thăng và lúc trầm. Mặc dù chúng ta sẽ có những trải nghiệm khác nhau, nhưng tôi khuyến khích bạn hãy nắm lấy cơ hội cho một khởi đầu mới và đừng sợ hãi. Xin hãy nhớ rằng bạn không đơn độc vì bạn luôn được cung cấp sẵn nguồn tài nguyên tham khảo và nhận được hỗ trợ. Những gì ta trải nghiệm tạo nên tính cách của ta và giúp ta lớn lên thành người. Hãy thử và lớn lên từ trải nghiệm này và đón nhận thế giới quanh bạn.

Sách hướng dẫn này đã được biên soạn kỹ cho bạn — cá nhân, vợ/chồng, cha mẹ, ông bà, người chăm sóc, người phẫu thuật mở lỗ thông. Hy vọng, cuốn sách sẽ giúp bạn có được kiến thức và kỹ năng cần thiết để vượt qua giai đoạn sử dụng hậu môn nhân tạo và quay trở lại cuộc sống của mình.

— BROCK M., SỐNG CHUNG VỚI HẬU MÔN NHÂN TẠO TỪ NĂM 2000



Thông tin được cung cấp trong sách hướng dẫn này không mang tính tư vấn về y tế và không thay thế cho lời khuyên từ bác sĩ cá nhân hoặc chuyên gia chăm sóc sức khỏe khác. Không nên sử dụng sách hướng dẫn này để tìm hỗ trợ trong trường hợp cấp cứu y tế. Nếu bạn phải cấp cứu y tế, cần được điều trị y tế trực tiếp ngay lập tức.



Nếu bạn sắp — hoặc gần đây đã — phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo, sách hướng dẫn này có thể giúp bạn hiểu nó là gì và cách sử dụng nó. Càng biết nhiều, càng có thể giảm bớt một số lo lắng có thể có khi sống chung với hậu môn nhân tạo. Điều quan trọng cần nhớ là bạn không đơn độc. Mỗi năm, hàng nghìn người phải phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo. Đối với một số người, đó là sự kiện giúp cứu mạng họ. Loại phẫu thuật này có thể được thực hiện để phục hình chấn thương hoặc loại bỏ khối u. Dù lý do có là gì đi chăng nữa, việc bạn thắc mắc và lo lắng là một phần tự nhiên của quá trình.

Sách hướng dẫn này nhằm bổ sung thêm thông tin được chuyên gia chăm sóc sức khỏe cung cấp, chẳng hạn như điều dưỡng chuyên về chăm sóc hậu môn nhân tạo.

Bảng chú giải thuật ngữ được thêm phía sau sách hướng dẫn này sẽ hỗ trợ một số thuật ngữ có thể bạn chưa quen thuộc.

Mục lục

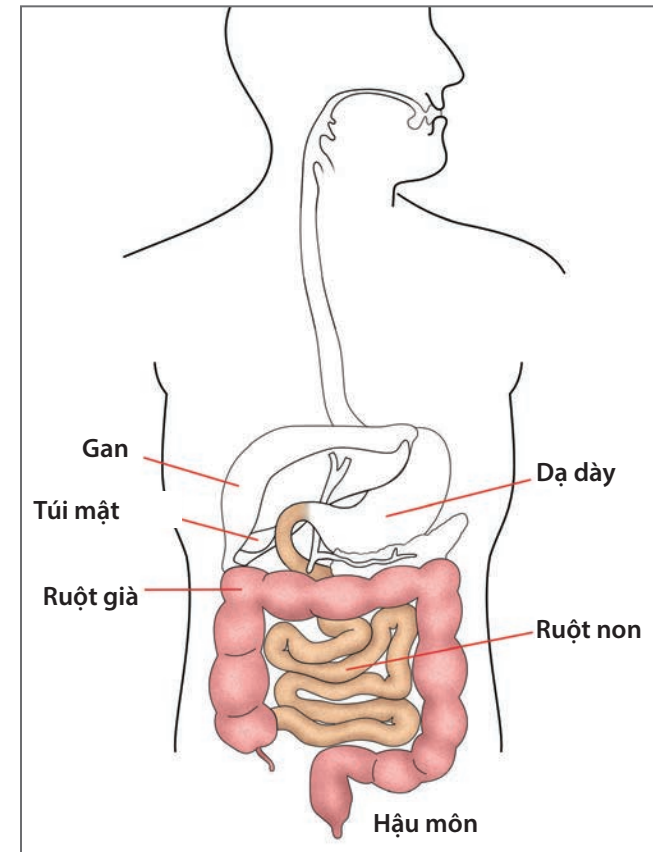
- 4 TÌM HIỂU VỀ CƠ THỂ CỦA BẠN**
 - Hệ thống tiêu hóa và Hậu môn nhân tạo cho việc đi tiêu(5): Phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo (6) và Phẫu thuật mở thông ruột hồi (7)
 - Hệ thống đường tiểu và Hậu môn nhân tạo cho việc tiểu tiện(8): Lỗ thông đường tiểu (9)
 - Lỗ thông (10)
 - Vùng da quanh lỗ thông (13)
- 14 GIẢI THÍCH VỀ SẢN PHẨM HẬU MÔN NHÂN TẠO**
 - Bộ túi hậu môn nhân tạo (15)
 - Vai trò của màng bảo vệ da (16)
 - Lựa chọn và Tính năng cho Túi hậu môn nhân tạo và Túi thông ruột hồi (19)
 - Lựa chọn và Tính năng cho Túi nước tiểu nhân tạo (20)
- 23 CÁC PHỤ KIỆN DÙNG CHO HẬU MÔN NHÂN TẠO THÔNG THƯỜNG**
- 26 TẬP TỰ CHĂM SÓC**
 - Duy trì tình trạng da khỏe mạnh (26)
 - Tắm rửa (27)
 - Duy trì chế độ ăn uống (28)
 - Kiểm soát mùi và hơi (30)
 - Dùng thuốc (31)
 - Rửa lỗ thông (32)
 - Xác định nhiễm trùng đường tiểu (32)
 - Xử lý cảm xúc (33)
 - Nguyên tắc chăm sóc chung (34)
- 35 SINH HOẠT HÀNG NGÀY**
 - Ăn mặc (35)
 - Hoạt động, Thể dục và Thể thao (36)
 - Trở lại làm việc và Đi du lịch (36)
 - Tình dục và Tình thân (38)
 - Làm cha mẹ (38)
- 39 MỐI QUAN HỆ VÀ NHỜ HỖ TRỢ**
 - Trò chuyện với người khác (40)
 - Thời điểm cần gọi điều dưỡng chăm sóc hậu môn nhân tạo (42)
- 44 BẢNG CHÚ GIẢI THUẬT NGỮ**

Tìm hiểu

về cơ thể của bạn

“Phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo” là thuật ngữ chung để mô tả một thủ thuật giải phẫu trong đó sẽ tạo một lỗ gọi là lỗ thông (hay hậu môn nhân tạo) để cho phép chất thải (phân hoặc nước tiểu) thoát ra khỏi cơ thể. Ba loại phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo chính sẽ được thảo luận trong sách hướng dẫn này: phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo (để đi tiêu), phẫu thuật mở thông ruột hồi (cũng để đi tiêu) và phẫu thuật mở thông đường tiểu (để đi tiểu).

Hệ thống tiêu hóa và Hậu môn nhân tạo cho việc đi tiêu: Phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo và Phẫu thuật mở thông ruột hồi



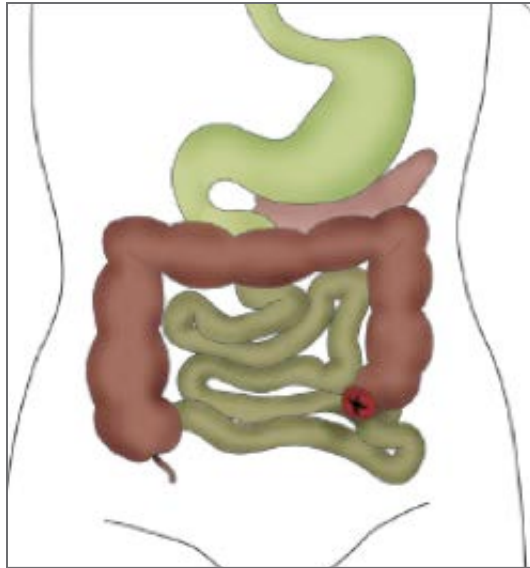
Để hiểu rõ hơn về phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo hoặc phẫu thuật mở thông ruột hồi, trước tiên nên tìm hiểu thêm về hệ tiêu hóa của con người.

Khi bạn nhai và nuốt thức ăn, thức ăn đi xuống thực quản vào dạ dày. Axit trong dạ dày và các hóa chất được gọi là enzym sẽ phân hủy thức ăn cho đến khi nó trở thành hỗn hợp lỏng.

Từ dạ dày, hỗn hợp thức ăn lỏng sẽ đi vào ruột non, nơi diễn ra hầu hết quá trình tiêu hóa. Vitamin, khoáng chất, protein, chất béo và carbohydrat đều được hấp thụ vào cơ thể qua ruột non. Bất kỳ thức ăn nào không được hấp thụ trong ruột non sẽ đi vào ruột già (ruột kết) dưới dạng chất thải lỏng hoặc phân. Ruột già hấp thụ nước từ phân để phân dần thành hình hơn khi di chuyển qua. Trực tràng trữ phân cho đến khi đi tiêu. Khi đi tiêu, phân và hơi sẽ đi từ ruột kết vào trực tràng và sau đó ra khỏi cơ thể qua hậu môn. Một cơ ở hậu môn, được gọi là cơ vòng hậu môn, cho phép kiểm soát thời điểm đi tiêu.

Lỗ thông hậu môn nhân tạo được tạo như thế nào

Lỗ thông hậu môn nhân tạo là lỗ (hậu môn nhân tạo) được tạo bằng phẫu thuật để loại bỏ chất thải ra khỏi cơ thể sau khi một phần ruột già (ruột kết), đã được cắt bỏ hoặc nối tắt.



Khi phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo, chất thải sẽ được đào thải qua hậu môn nhân tạo thay vì qua hậu môn. Do không có cơ vòng để tự ý kiểm soát thời điểm đào thải chất thải, nên nó thu gom vào bộ túi dẫn lưu cho hậu môn nhân tạo.

Bộ túi hậu môn nhân tạo để đi tiêu được giải thích thêm ở trang 19.

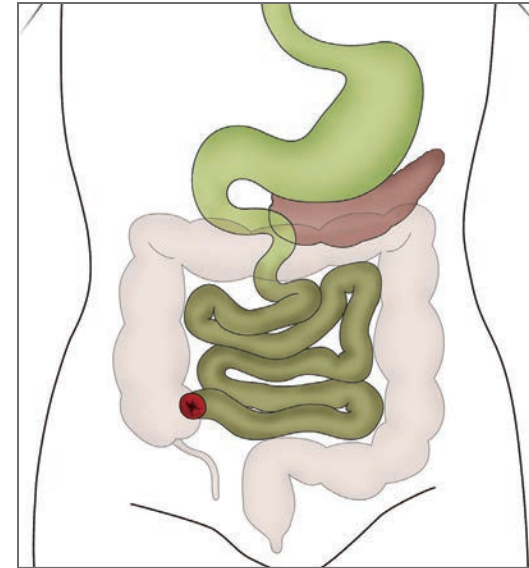
Để tiến hành phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo, bác sĩ phẫu thuật sẽ đưa một phần ruột già (ruột kết) qua thành bụng. Lỗ mới này trong thành bụng được gọi là lỗ thông (hay hậu môn nhân tạo). Hậu môn nhân tạo thường nằm ở bên trái bụng.

Hậu môn nhân tạo có thể là tạm thời hoặc vĩnh viễn, tùy thuộc vào lý do y tế của cuộc phẫu thuật. Trong một số trường hợp cơ vòng hậu môn còn nguyên vẹn nhưng một phần của ruột cần được nghỉ ngơi và lành lại, khi đó sẽ tạo hậu môn nhân tạo tạm thời.

Chất thải từ hậu môn nhân tạo sẽ là phân nửa rắn hay phân đã thành hình. Hơi sẽ tiếp tục được sản sinh trong ruột và sẽ thoát ra từ hậu môn nhân tạo đi vào túi. Túi thường sẽ cần được đổ hoặc thay chỉ một hoặc hai lần mỗi ngày.

Lỗ thông ruột hồi được tạo như thế nào

Lỗ thông ruột hồi là lỗ được tạo bằng phẫu thuật (hậu môn nhân tạo) để loại bỏ chất thải ra khỏi cơ thể sau khi một phần ruột non, hoặc toàn bộ ruột già (ruột kết), đã được cắt bỏ hoặc nối tắt.



Với phẫu thuật lỗ thông ruột hồi, chất thải được thải ra ngoài qua hậu môn nhân tạo thay vì qua hậu môn. Do không có cơ vòng để tự ý kiểm soát thời điểm đào thải chất thải, nên nó thu gom vào bộ túi dẫn lưu cho hậu môn nhân tạo.

Bộ túi hậu môn nhân tạo để đi tiêu được giải thích thêm ở trang 19.

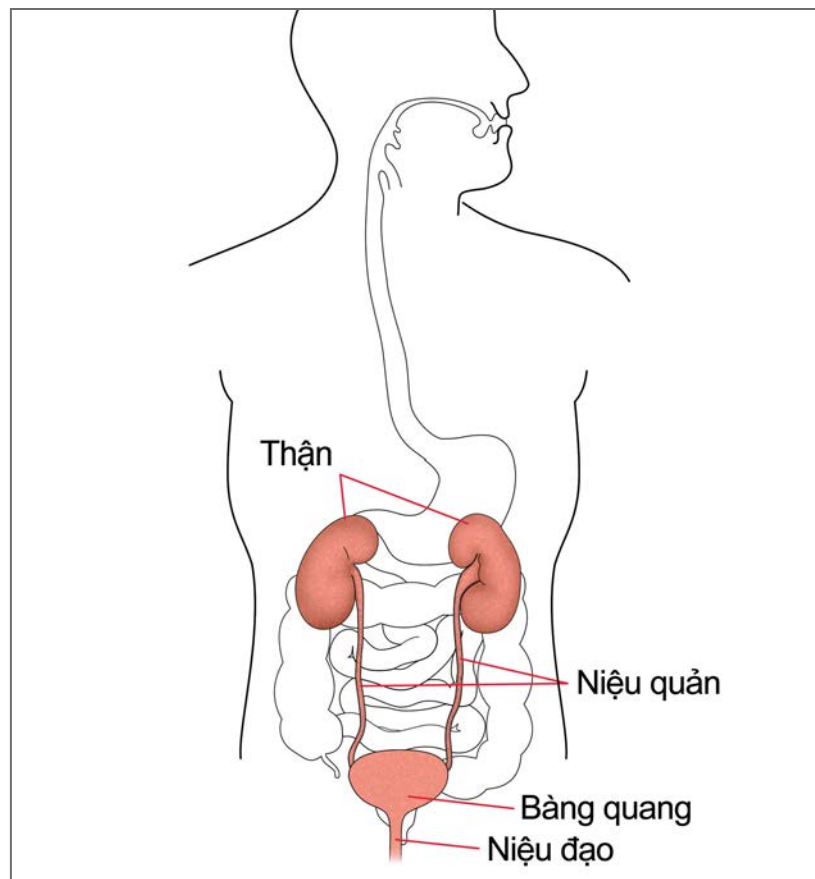
Để tiến hành phẫu thuật mở thông ruột hồi, bác sĩ phẫu thuật đưa một phần ruột non (hồi tràng) qua thành bụng. Lỗ mới này trong thành bụng được gọi là lỗ thông (hay hậu môn nhân tạo). Lỗ thông ruột hồi thường nằm ở bên phải bụng.

Lỗ thông ruột hồi có thể là tạm thời hoặc vĩnh viễn, tùy thuộc vào lý do y tế của cuộc phẫu thuật. Trong một số trường hợp cơ vòng hậu môn còn nguyên vẹn nhưng một phần của ruột cần được nghỉ ngơi và lành lại, khi đó sẽ tạo hậu môn nhân tạo tạm thời.

Chất thải ra từ lỗ thông ruột hồi sẽ ở dạng từ chất lỏng màu xanh đậm đến phân nhão có hơi. Túi thường cần được đổ nhiều lần mỗi ngày.

Hệ thống đường tiểu và Hậu môn nhân tạo cho việc tiểu tiện: Lỗ thông đường tiểu

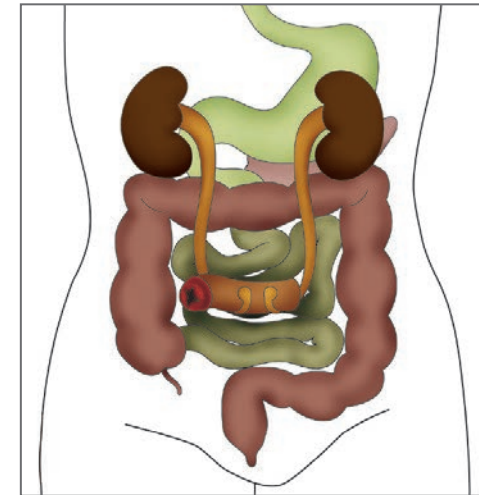
Để hiểu rõ hơn về lỗ thông đường tiểu, trước tiên nên tìm hiểu thêm về hệ thống đường tiểu của con người.



Nó bắt đầu từ thận. Nước tiểu hoặc chất thải lỏng chảy từ thận qua hai ống hẹp được gọi là niệu quản và đọng lại trong bàng quang. Dòng nước tiểu chảy khá liên tục. Cơ vòng giúp bàng quang trữ nước tiểu cho đến khi có thể thuận tiện để làm rỗng bàng quang hoặc đi tiểu. Khi một người đi tiểu, cơ vòng sẽ giãn ra, cho phép nước tiểu chảy ra ngoài cơ thể qua một ống hẹp gọi là niệu đạo.

Lỗ thông đường tiểu được tạo như thế nào

Lỗ thông đường tiểu — đôi khi được gọi là chuyển hướng đường tiểu — là lỗ được tạo bằng phẫu thuật (hậu môn nhân tạo) để thoát nước tiểu ra khỏi cơ thể sau khi bàng quang đã được cắt bỏ hoặc nối tắt.



Khi phẫu thuật mở thông đường tiểu, nước tiểu được đào thải qua hậu môn nhân tạo thay vì qua niệu đạo. Do không có cơ vòng để tự ý kiểm soát thời điểm đi tiểu nên nước tiểu thu gom vào bộ túi hậu môn nhân tạo có vòi thoát ở phía dưới.

Bộ túi hậu môn nhân tạo để đi tiểu được giải thích thêm ở trang 20.

Bác sĩ phẫu thuật có thể chọn một trong vài phương pháp để tạo lỗ thông đường tiểu. Bác sĩ phẫu thuật cắt bỏ một đoạn ruột ngắn để sử dụng làm đường ống — hay ống dẫn — cho nước tiểu chảy ra ngoài cơ thể. Việc bác sĩ phẫu thuật loại bỏ vài inch để tạo ống dẫn sẽ không ảnh hưởng đến cách hoạt động của ruột. Bác sĩ phẫu thuật sẽ nối lại ruột và nó sẽ tiếp tục hoạt động như trước đây. Sau đó bác sĩ phẫu thuật sẽ đóng một đầu ống dẫn, đưa niệu quản vào ống dẫn và đưa đầu ống dẫn mở qua thành bụng. Lỗ mới này trong thành bụng được gọi là lỗ thông (hay hậu môn nhân tạo). Lỗ thông đường tiểu thường nằm ở bên phải bụng, và sẽ thoát nước tiểu và dịch nhầy.

DỮ KIỆN

Tên gọi lâm sàng cho loại phẫu thuật mở thông đường tiểu sẽ dựa trên việc sử dụng phần ruột nào để tạo dòng chuyển hướng. Đối với ống dẫn hồi tràng, loại phổ biến nhất, bác sĩ phẫu thuật sẽ sử dụng một đoạn ngắn ruột non (hồi tràng).

Lỗ thông

Mặc dù lỗ thông có nhiều kích cỡ và hình dạng khác nhau, nhưng lỗ thông khỏe mạnh thường:



Lỗ thông kiểu tận

- Có màu hồng hoặc đỏ và hơi ẩm
- Không đau
- Dễ chảy máu khi cọ xát hoặc va đập (ví dụ như khi rửa), nhưng cần nhanh chóng xử lý

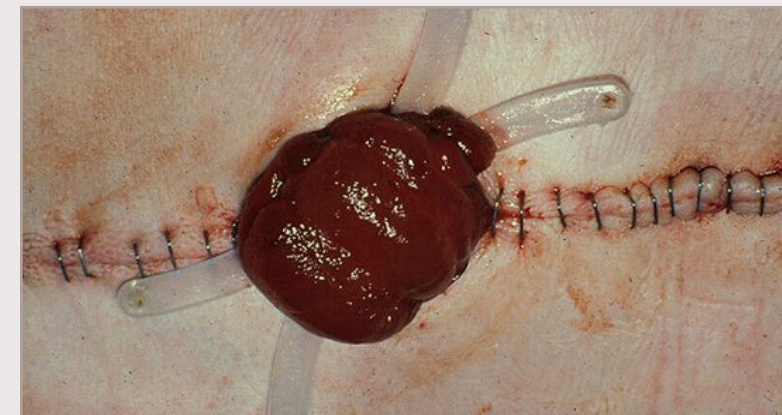
Cho dù lỗ thông lớn hay nhỏ, nhô cao hơn da hoặc bằng với da, dịch thải ra từ lỗ thông (phân hoặc nước tiểu) sẽ đổ vào túi mà không bị rò rỉ dưới màng bảo vệ da. **Xem thêm về bộ túi hậu môn nhân tạo ở trang 15-18.**

Xác định vị trí mà sẽ đặt lỗ thông trên bụng có thể là một phần quan trọng trong việc chuẩn bị cho cuộc phẫu thuật. Thông thường, lỗ thông được đặt ngay dưới thắt lưng giữa rốn và hông.

Trước khi phẫu thuật, điều dưỡng chăm sóc hậu môn nhân tạo và bác sĩ phẫu thuật sẽ đánh giá vị trí có thể đặt lỗ thông. Để thực hiện, điều dưỡng chăm sóc lỗ thông có thể khám vùng bụng ở nhiều tư thế như nằm, ngồi, cúi và đứng. Các lưu ý khác đối với vị trí đặt có thể là loại hậu môn nhân tạo, bề mặt da, khả năng nhìn thấy vùng đặt và lối sống của bạn. Đây là vị trí khuyến nghị; vị trí cuối cùng sẽ được bác sĩ phẫu thuật xác định trong khi phẫu thuật.

Hậu môn nhân tạo hoặc Lỗ thông ruột hồi ngay sau khi phẫu thuật...

- Lỗ thông của bạn có thể sẽ sưng lên. Có thể mất vài tuần hoặc vài tháng để lỗ thông hết sưng.
- Phân từ hậu môn nhân tạo có thể ở nhiều trạng thái khác nhau. Phân thường bắt đầu ở dạng khá lỏng, sau đó có thể trở nên đặc hơn khi quay về chế độ ăn bình thường.
- Các enzym tiêu hóa làm cho chất thải từ lỗ thông có tính ăn mòn cao, vì vậy việc bảo vệ vùng da quanh lỗ thông là vô cùng quan trọng. Điều quan trọng là phải duy trì vùng da khỏe mạnh ngay từ đầu.
- Nếu bạn phẫu thuật lỗ thông tạm thời, đó có thể là lỗ thông kiểu quai. Phẫu thuật lỗ thông ruột hồi kiểu quai có thể cần một dụng cụ hỗ trợ (gọi là que hoặc thanh nối) thường được lấy ra khoảng hai tuần sau khi phẫu thuật — đôi khi sớm hơn. Hãy nhớ nhắc chuyên gia chăm sóc sức khỏe về điều này nếu dụng cụ vẫn chưa được lấy ra sau thời gian này.



Lỗ thông hậu môn kiểu quai với thanh nối

Lỗ thông đường tiểu ngay sau khi phẫu thuật...

- Lỗ thông của bạn có thể sẽ sưng lên. Có thể mất vài tuần hoặc vài tháng để lỗ thông thu nhỏ về kích thước vĩnh viễn.
- Bạn có thể được đặt các ống nhỏ gọi là stent trong khi phẫu thuật để nối dài ra khỏi lỗ thông và đảm bảo nước tiểu chảy vào trong túi. Các stent thường được để cố định trong khoảng từ 5 ngày đến 2 tuần tùy thuộc vào sự ưu tiên của bác sĩ phẫu thuật. Không tự ý cắt hoặc tháo những stent này.
- Nước tiểu sẽ bắt đầu chảy ra từ lỗ thông ngay sau khi phẫu thuật. Lúc đầu, nước tiểu có thể có màu hơi đỏ. Sau một vài ngày, nước tiểu sẽ trở lại màu sắc bình thường.
- Bạn có thể thấy dịch nhầy trong nước tiểu khi nước tiểu đọng lại trong túi. Dịch nhầy này đến từ đoạn ruột được sử dụng để tạo thành ống dẫn.



Lỗ thông kiểu tận có stent

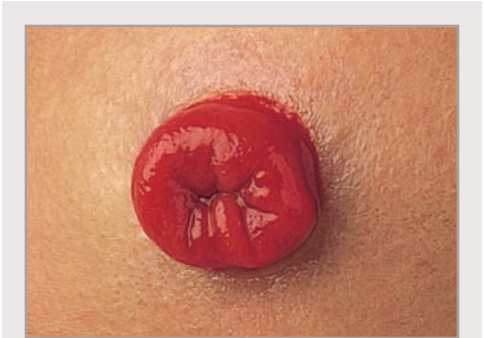
Vùng da quanh lỗ thông

Vùng da quanh lỗ thông (còn gọi là lỗ mở thông ra da) phải còn nguyên vẹn, không bị kích ứng, phát ban hoặc mẩn đỏ. Vùng này cần giống với vùng da khỏe ở bất kỳ vị trí nào khác trên cơ thể. Triệu chứng ngứa khi vùng da trông khỏe mạnh cũng có thể là dấu hiệu cho thấy gặp vấn đề.

Các vấn đề với vùng da quanh lỗ thông có thể gây khó khăn trong việc giữ cố định bộ túi, điều này có thể dẫn đến việc phải sử dụng sản phẩm nhiều hơn và tốn nhiều chi phí hơn. Điều đó cũng có nghĩa là bạn sẽ có ít thời gian hơn để làm những điều mình thích với những người quan trọng với bạn.

Nếu phát hiện vùng da quanh lỗ thông đỏ, bị nứt hoặc ẩm ướt, hãy nhờ chuyên gia chăm sóc sức khỏe hỗ trợ. Kiểm tra vùng da quanh lỗ thông thường xuyên để đảm bảo vùng da khỏe mạnh và giúp kịp xử lý vấn đề. Bạn không được chấp nhận tình trạng rò rỉ và vùng da không khỏe là chuyện bình thường khi sống chung với lỗ thông.

Để biết thêm thông tin về việc duy trì vùng da quanh lỗ thông khỏe mạnh, hãy xem trang 23.



Vùng da quanh lỗ thông khỏe mạnh sẽ trông như thế này.



Chứ không phải như thế này.



**Giải thích sản phẩm
hậu môn nhân tạo**

Bộ túi hậu môn nhân tạo

Bộ túi hậu môn nhân tạo bao gồm hai phần chính:

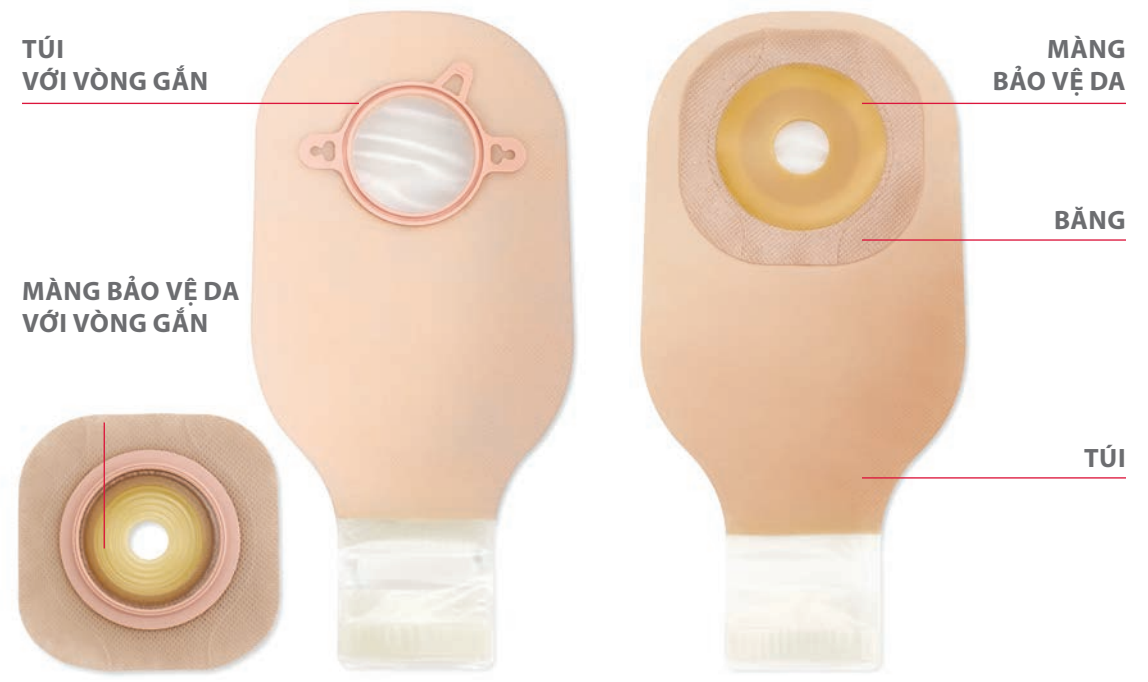
- Màng bảo vệ da (**hay vòng đệm**) phải vừa khít quanh lỗ thông. Màng này giúp bảo vệ da và cố định bộ túi.
- Túi **thu** gom chất thải từ lỗ thông. Túi có nhiều lựa chọn cho các nhu cầu và loại hậu môn nhân tạo khác nhau.

Bộ túi hai mảnh

Màng bảo vệ da và túi là hai mảnh riêng biệt được nối với nhau bằng một vòng nhựa gọi là vòng gắn. Bạn có thể tháo và thay túi mà không cần tháo màng bảo vệ da khỏi cơ thể.

Bộ túi một mảnh

Màng bảo vệ da và túi là một bộ duy nhất và khi thay phải tháo ra cùng nhau.



Có nhiều loại bộ túi hậu môn nhân tạo khác nhau. Bộ túi mà nhóm chăm sóc sức khỏe trong bệnh viện sử dụng sẽ phù hợp nhất cho việc giúp bạn phục hồi sau phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo.

Sau khi phẫu thuật về nhà, bạn có thể cần thử một số bộ túi khác phù hợp với bạn khi lỗ thông thay đổi hoặc khi bắt đầu các hoạt động khác nhau. Ngoài ra còn có các sản phẩm hậu môn nhân tạo khác nhau có thể được sử dụng cùng với bộ túi để giúp kéo dài thời gian đeo, duy trì vùng da quanh lỗ thông khỏe mạnh hoặc giúp chăm sóc hậu môn nhân tạo dễ dàng hơn.

Vai trò của màng bảo vệ da

Màng bảo vệ da là phần quan trọng nhất trong bộ túi vì màng này đóng vai trò trong việc giúp duy trì vùng da quanh lỗ thông khỏe mạnh. Điều quan trọng là phải có màng bảo vệ da để vừa cố định bằng một lớp bịt kín vừa duy trì vùng da khỏe mạnh ngay từ đầu nếu không vùng da quanh lỗ thông có thể có nguy cơ bị biến chứng.

An tâm với màng bảo vệ da

Bộ túi cố định sẽ giúp đảm bảo vùng lỗ thông có màng bảo vệ da cho hậu môn nhân tạo được bịt kín giúp ngăn chặn sự rò rỉ dưới màng bảo vệ da có thể ảnh hưởng đến tình trạng của da.



Màng bảo vệ da bằng phẳng

Màng bảo vệ da có diện tích bề mặt bằng hoặc thậm chí tiếp xúc với da. Loại màng bảo vệ này có thể được sử dụng nếu lỗ thông nhô cao hơn da và vùng quanh lỗ thông bằng phẳng ở mọi vị trí.



Màng bảo vệ da lồi

Màng bảo vệ da cong ra ngoài về phía da quanh lỗ thông. Đường cong hướng ra ngoài này được thiết kế để tiếp xúc trực tiếp với da quanh lỗ thông, có thể giúp tăng cường độ kín tốt giữa bộ túi và da. Loại màng bảo vệ da này có thể được sử dụng nếu lỗ thông bằng hoặc trồi ra khỏi da, hoặc để làm phẳng da quanh lỗ thông. Màng lồi có thể được phân loại là mềm hoặc cứng. Với vùng quanh lỗ thông cứng, màng lồi mềm có thể là một lựa chọn tốt hơn so với màng lồi cứng. Với vùng quanh lỗ thông mềm, màng lồi cứng có thể là một lựa chọn tốt hơn so với màng lồi mềm.

Màng bảo vệ da dùng cho hậu môn nhân tạo có sẵn ở cả hai lựa chọn dạng bằng và không có băng. Bộ túi có viền băng mang lại cho một số người cảm giác an tâm hơn, trong khi các sản phẩm không có băng vẫn là lựa chọn cho những người có làn da nhạy cảm hoặc dị ứng với các sản phẩm có keo dính. Màng bảo vệ da vùng hậu môn nhân tạo cũng được cung cấp sẵn các loại lỗ được định cỡ sẵn, cắt cho vừa vặn hoặc thiết kế theo hình dáng vừa vặn. Điều quan trọng là dù chọn màng bảo vệ da nào, thì lỗ của màng bảo vệ da cũng phải vừa với vị trí da và lỗ thông tiếp xúc nhau.

MẸO

Bít kín cố định là khi lỗ màng bảo vệ da khít quanh lỗ thông nơi da và lỗ thông tiếp xúc nhau, và bạn đã lấp bất kỳ khoảng hở, nếp nhăn hoặc nếp gấp nào. Đo kích thước lỗ thông trước khi đắp màng bảo vệ da trong 6-8 tuần đầu tiên sau khi phẫu thuật để đảm bảo biết rõ kích thước của lỗ thông khi giảm sưng. Sau đó, định kỳ đo để đảm bảo kích thước lỗ thông không thay đổi do các yếu tố khác như tăng hoặc giảm cân.

Vùng da khỏe mạnh với màng bảo vệ da cho hậu môn nhân tạo

Màng bảo vệ da cho hậu môn nhân tạo được tạo ra qua việc kết hợp các thành phần có tính kết dính và có khả năng kiểm soát chất lỏng khác nhau được pha trộn với nhau để mang lại hiệu quả như mong đợi cho màng bảo vệ da. Các thành phần bên trong màng bảo vệ da phối hợp với nhau để mang lại những tác dụng sau:

1. **Bám dính** — để dính (hoặc bám) vào màng bảo vệ da.
2. **Thấm hút** — để hút ẩm từ lỗ thông hay mồ hôi trên da.
3. **Chống ăn mòn** — để giữ màng bảo vệ da lại với nhau khi có chất lỏng và kéo dài thời gian đeo phù hợp.
4. **Tình trạng da khỏe mạnh** — duy trì tình trạng da khỏe mạnh quanh lỗ thông và bảo vệ ở những vùng quan trọng nhất.

Màng đeo tiêu chuẩn

Màng bảo vệ da có lớp keo dán nhẹ vào da nhưng sẽ kém bền hơn màng bảo vệ da đeo lâu. Đôi khi được gọi là màng đeo thường.

Màng đeo lâu

Màng bảo vệ da có chứa chất bổ sung đặc biệt có thể bám chắc hơn vào da và có thể chống lại hư hỏng tốt hơn.

Màng bảo vệ da ngâm

Loại màng bảo vệ da được bổ sung thêm thành phần có lợi cho da. Màng bảo vệ da CeraPlus™ với Công nghệ Remois* là màng bảo vệ da dùng cho hậu môn nhân tạo được ngâm ceramide. Ceramide là thành phần của da, giúp ngăn ngừa mất nước quá mức và hỗ trợ như một hàng rào chống lại sự xâm nhập của vi sinh vật.

MẸO

Ceramide được tìm thấy trong mỹ phẩm, sữa dưỡng và kem dưỡng. Có thể bạn biết, không nên sử dụng bất kỳ loại sữa dưỡng hoặc kem dưỡng nào trên vùng da quanh lỗ thông vì nó có thể làm mất khả năng bám dính của màng bảo vệ vào da. Màng bảo vệ da được ngâm ceramide thì khác – ceramide là một phần của màng bảo vệ, vì vậy nó không làm mất khả năng bám dính của màng bảo vệ da trên da.

Lựa chọn và Tính năng cho Túi hậu môn nhân tạo và Túi thông ruột hồi

Loại túi được sử dụng phổ biến nhất khi phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo là túi dẫn lưu hoặc túi kín, trong khi túi dẫn lưu được sử dụng phổ biến nhất với phẫu thuật mở thông ruột hồi. Người đi tiêu cần đổ túi hơn hai lần một ngày có thể cân nhắc sử dụng túi dẫn lưu. Túi phải được đổ khi đã đầy 1/3-1/2. Đóng túi bằng chốt ở đuôi túi, có thể là kẹp đóng hoặc chốt tích hợp (hình minh họa). Túi kín không bị thoát nước và cần tháo ra và đổ khi túi đầy hơn 1/3-1/2.

Túi hậu môn nhân tạo có nhiều kích cỡ khác nhau và với các tính năng khác nhau phù hợp với nhu cầu của bạn. Dưới đây là một số tính năng phổ biến nhất đối với túi hậu môn nhân tạo và túi thông ruột hồi.



Bộ lọc

Một số túi có bộ lọc giúp giảm thiểu hơi tích tụ, do đó túi không bị phồng lên như quả bóng. Bộ lọc sẽ giúp hơi ra khỏi từ từ, nhưng không có mùi.



Túi kín với bộ lọc và tấm trước trong suốt



Túi dẫn lưu với tùy chọn xem và chốt tích hợp

Tùy chọn độ hiển thị

- **Tùy chọn tấm màng túi (hay màng)** có sẵn ở dạng siêu rõ và mờ đục. Bạn cũng có thể chọn loại túi có nắp mềm để giúp tăng sự thoải mái và suy xét tốt hơn.
- **Tùy chọn quan sát** (có sẵn trong bộ một mảnh) giúp suy xét qua tấm mờ và mang đến sự tự tin qua túi trong suốt tất cả trong một. Khi nhấn nắp mờ lên, có thể quan sát rõ và kín đáo lỗ thông và chất thải.

Lựa chọn và Tính năng cho Túi nước tiểu nhân tạo

Loại túi sử dụng cùng với lỗ thông đường tiểu được gọi là bộ thoát nước tiểu hay túi nước tiểu nhân tạo. Túi nước tiểu nhân tạo có một đầu đổ xoắn để đóng, mở túi và giúp đổ túi. Một số đầu đổ, ở dưới cùng của túi nước tiểu nhân tạo, bao gồm nắp có thể tháo, túi thoát nước và nắp thay thế.



Túi nước tiểu nhân tạo

Tùy chọn độ hiển thị

- **Tùy chọn tấm màng túi (hay màng)** có sẵn ở dạng siêu rõ và mờ đục. Bạn cũng có thể chọn loại túi có nắp mềm để giúp tăng sự thoải mái và suy xét tốt hơn.
- **Tùy chọn quan sát** (có sẵn trong bộ một mảnh) giúp suy xét qua tấm mờ và mang đến sự tự tin qua túi trong suốt tất cả trong một. Khi nhấn nắp mờ lên, có thể quan sát rõ và kín đáo lỗ thông và chất thải.



Tấm mờ với Tùy chọn quan sát

Thiết kế nhiều ngăn

Nhiều ngăn được thiết kế để phân phối nước tiểu đồng đều hơn trong túi, giúp túi không bị phồng lên giữa các lần thoát.



Túi nước tiểu nhân tạo với tấm trước trong suốt, thiết kế nhiều ngăn và Van chống trào ngược

Van chống trào ngược

Van này xuất hiện dưới dạng một đường cong chạy ngang qua giữa túi. Van chống trào ngược trong túi giúp giảm thiểu tình trạng nước tiểu chảy ngược. Điều này cũng giúp nước tiểu không trào ngược lên đầu túi và giúp tránh ăn mòn màng bảo vệ da, là thành phần quan trọng nối túi với vùng da quanh lỗ thông.

Bộ túi ban đêm dùng kèm lỗ thông đường tiểu

Bởi vì dòng nước tiểu chảy khá liên tục, cả đêm túi nước tiểu nhân tạo sẽ đầy lúc nào không hay — đôi khi nhiều lần. Nhiều người chọn sử dụng bộ thu gom dịch thải cạnh giường, cho phép nước tiểu chảy vào bộ thu gom dịch thải cạnh giường khi họ ngủ thay vì vào phòng tắm để đổ túi. Bạn có thể nối túi nước tiểu nhân tạo với bộ thu gom dịch thải cạnh giường bằng cách sử dụng bộ chuyển đổi ống thoát nước tiểu.

Mẹo khi sử dụng bộ chuyển đổi ống thoát nước tiểu:



Bộ thu gom dịch thải cạnh giường và Bộ chuyển đổi ống thải

- Để lại lượng nhỏ nước tiểu trong túi nước tiểu nhân tạo trước khi nối với bộ gom dịch thải cạnh giường hoặc túi chân để giúp giảm thiểu hiệu ứng hút và cho phép nước tiểu thoát tốt hơn vào bộ gom dịch thải.
- Nếu đáy túi bắt đầu bị xoắn, hãy xoay bộ chuyển đổi theo chiều kim đồng hồ hoặc ngược chiều kim đồng hồ cho đến khi túi nằm phẳng.
- Bộ chuyển đổi giữa các sản phẩm của nhà sản xuất túi hậu môn nhân tạo khác nhau không thể thay thế cho nhau.



Hậu môn nhân tạo thông thường








Phụ kiện

Các phụ kiện dùng kèm hậu môn nhân tạo đôi khi được sử dụng cùng với bộ túi. Mỗi loại phục vụ một chức năng cụ thể và chỉ được sử dụng khi có chỉ định. Bạn có thể sử dụng một hoặc nhiều sản phẩm trong số này.

Dưới đây là một số lý do tại sao bạn có thể sử dụng phụ kiện dùng kèm hậu môn nhân tạo:

- Nó có thể giúp nâng cao hiệu suất của bộ túi. Ví dụ: phụ kiện có thể giúp tăng thời gian đeo hoặc bảo vệ da của bạn
- Nó có thể giúp xử lý một vấn đề như rò rỉ hoặc kích ứng da
- Nó có thể giúp cải thiện chất lượng cuộc sống của bạn bằng cách loại bỏ mùi hoặc tránh tình trạng phải đi vào nhà vệ sinh ban đêm

Bảng này giải thích một số phụ kiện phổ biến dùng cho hậu môn nhân tạo.

Nếu	Thì hãy dùng	Ví dụ	Diễn giải sử dụng**
Bạn muốn giúp đảm bảo vùng quanh lỗ thông và lỗ màng bảo vệ da được bịt kín	Kem chống xì dùng trám kín.		Phụ kiện này không phải là chất kết dính hoặc keo dán. Sử dụng quá nhiều kem chống xì có thể làm ảnh hưởng tới tính chất bịt kín của màng bảo vệ da. Bôi kem chống xì lên mép trong của màng bảo vệ da, bên cạnh lỗ hở sẽ có lỗ thông.
Bạn muốn lấp bề mặt da không bằng phẳng hoặc có khoảng hở giữa lỗ thông và lỗ màng bảo vệ da	Vòng chắn giúp bảo vệ da, lấp những vùng da không đều màu, hoặc thay thế cho kem chống xì.		Vòng phẳng có thể kéo dài và tạo hình, hoặc sử dụng thành từng miếng để lấp khoảng hở, nếp nhăn hay nếp gấp. Vòng lõm hình tròn hoặc hình bầu dục giúp cung cấp áp suất đồng nhất quanh lỗ thông để tùy chỉnh độ khít. Áp vào vùng da khô sạch hoặc mặt dính của màng bảo vệ da trên bộ túi.
Da của bạn hơi bị kích ứng* và ẩm	Phấn bôi lỗ thông để giúp hút ẩm trên da.		Bụi phủ bên trên. Chải sạch phấn thừa. Ngừng sử dụng khi da không còn rỉ nước. Không sử dụng phấn bôi lỗ thông để ngăn kích ứng da hoặc trên da đỏ nhưng không ẩm.
Bạn sử dụng hậu môn nhân tạo để đi tiêu và muốn giảm bớt mùi khi đổ hoặc thay túi, hoặc muốn đổ chất thải trong túi dễ dàng hơn	Dầu bôi trơn khử mùi để giúp khử mùi và đổ túi dễ dàng hơn.		Thêm khoảng một thìa cà phê hoặc một gói vào túi mới, sau đó chà xát để phủ bên trong túi. Tránh bộ lọc. Thêm sau mỗi lần đổ túi. Không sử dụng với túi nước tiểu nhân tạo.
Bạn muốn chắc chắn hơn	Đai hậu môn để giúp cố định túi hậu môn nhân tạo. Chuyên gia chăm sóc sức khỏe có thể khuyên bạn nên đeo đai để tăng độ lồi.		Nên đeo quanh người và căn chỉnh tương thích với lỗ thông. Chỉ có thể sử dụng với bộ túi có các mẫu đai.
Lớp dính giúp cố định thêm cho màng bảo vệ da sẽ dịch chuyển khi bạn chuyển động	Miếng nới màng bảo vệ da để tùy chỉnh khung quanh màng bảo vệ da.		Các dải mỏng, dễ uốn giúp phù hợp với các đường nét không đồng đều trên cơ thể. Có thể giúp tăng thời gian đeo bằng cách giảm lực nâng mép màng bảo vệ.
Bạn phẫu thuật lỗ thông tiểu và muốn nối với bộ thu gom dịch thải cạnh giường hoặc túi chân	Bộ chuyển đổi ống thải.		Để lại lượng nhỏ nước tiểu trong túi nước tiểu nhân tạo trước khi nối với bộ gom dịch thải cạnh giường hoặc túi chân để giúp giảm thiểu hiệu ứng hút và cho phép nước tiểu thoát tốt hơn vào bộ gom dịch thải.

Để tìm hiểu thêm về những phụ kiện này và các phụ kiện khác, bạn có thể truy cập trang web hoặc danh mục của nhà sản xuất hoặc nhà cung cấp sản phẩm dành cho hậu môn nhân tạo.

*Tham khảo ý kiến chuyên gia chăm sóc sức khỏe nếu bạn gặp phải các vấn đề về vùng da quanh lỗ thông

**Xem hướng dẫn sử dụng sản phẩm cụ thể



Tập tự chăm sóc

Điều quan trọng là phải chăm sóc cho cơ thể và tinh thần sau khi phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo.

Duy trì tình trạng da khỏe mạnh

Điều quan trọng là phải tạo thói quen vệ sinh da lành mạnh để giúp duy trì vùng da quanh lỗ thông khỏe mạnh. Màng bảo vệ da bám dính tốt nhất đối với vùng da sạch và khô. Tập thói quen vệ sinh và đánh giá vùng da quanh lỗ thông mỗi khi thay màng bảo vệ. Nên dùng ít sản phẩm hơn khi chăm sóc vùng da quanh lỗ thông: với hầu hết mọi người, chỉ cần dùng nước để vệ sinh da. Các loại xà phòng và chất tẩy rửa thường không được khuyến khích sử dụng, vì chúng có thể để lại cặn trên da và làm mất độ dính của màng bảo vệ da.

Việc theo dõi tình trạng da của bạn cũng rất quan trọng. Kiểm tra da thường xuyên khi thay túi, xem có các dấu hiệu phát ban, mẩn đỏ hoặc kích ứng hay không. Hãy nhớ rằng, tình trạng kích ứng da là không bình thường. Nếu phát hiện vùng da đỏ, nứt hoặc ẩm quanh lỗ thông, hãy nhờ điều dưỡng chuyên về chăm sóc hậu môn nhân tạo hỗ trợ.

Rò rỉ là một trong những nguyên nhân chính gây kích ứng da và một cách để giúp ngăn ngừa điều này là đảm bảo màng bảo vệ da của bộ túi vừa khít quanh lỗ thông. Đo lỗ thông bằng hướng dẫn đo để đảm bảo lỗ của màng bảo vệ da cùng kích thước và hình dạng của lỗ thông. Đảm bảo lấp bất kỳ khoảng hở, nếp nhăn hoặc nếp gấp nào bằng các phụ kiện cho hậu môn nhân tạo nếu cần.

Tắm rửa

Khi phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo, bạn vẫn có thể tắm rửa như trước đây. Xà phòng và nước sẽ không chảy vào lỗ thông hoặc làm tổn thương lỗ thông theo bất kỳ cách nào. Bạn có thể đóng hoặc mở bộ túi khi tắm rửa — tùy lựa chọn. Cặn xà phòng đôi khi có thể làm mất độ bền của màng bảo vệ da hoặc lớp dính trên da. Vì vậy, hãy chọn xà phòng hoặc chất tẩy rửa không chứa chất dưỡng ẩm, dầu và cặn.

Nếu sử dụng bộ túi hai mảnh, bạn có thể thấy thuận tiện khi chuyển sang một túi khác lúc tắm rửa để túi đeo luôn khô ráo. Nếu chọn tháo túi khi tắm rửa, bạn cũng nên tháo màng bảo vệ da để tránh da tiếp xúc với quá nhiều độ ẩm.

Duy trì chế độ ăn uống

Nếu phẫu thuật lỗ thông tiểu, việc này có ảnh hưởng rất ít đối với hầu hết mọi người. Để giữ cho thận hoạt động tốt và giúp ngăn ngừa nhiễm trùng đường tiểu, bạn nên uống nhiều nước mỗi ngày. Hãy lưu ý rằng ăn củ cải đường sẽ khiến nước tiểu của bạn có màu hơi đỏ — đây chỉ là tình trạng tạm thời và không phải là nguyên nhân đáng báo động. Cũng nên biết trước rằng măng tây, hải sản, thực phẩm chức năng và một số loại thuốc có thể ảnh hưởng đến mùi nước tiểu. Nếu bạn có bất kỳ câu hỏi nào về chế độ ăn uống, hãy hỏi chuyên gia chăm sóc sức khỏe, điều dưỡng chăm sóc hậu môn nhân tạo hoặc chuyên gia dinh dưỡng.

Nếu bạn phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo hoặc phẫu thuật mở thông ruột hồi, bạn có thể phải ăn kiêng ngay sau khi phẫu thuật. Để thúc đẩy quá trình chữa bệnh tối ưu và giúp lấy lại cân nặng mà bạn có thể đã giảm trước hoặc sau khi phẫu thuật, điều quan trọng là phải thiết lập lại một chế độ ăn uống lành mạnh. Sau khi hồi phục sau phẫu thuật, bạn có thể quay lại chế độ ăn uống bình thường trừ khi có hướng dẫn khác. Tuy nhiên, điều quan trọng cần biết là một số loại thực phẩm có thể ảnh hưởng đến mùi hoặc độ đặc của chất thải. ***Tìm hiểu thêm ở trang 30.***

Nguyên tắc chung về chế độ ăn uống

- Ăn theo chế độ cân bằng
- Ăn chậm và nhai kỹ thức ăn
- Uống nhiều nước mỗi ngày
- Thêm dần các loại thực phẩm khác nhau vào chế độ ăn uống, để xem mức độ phù hợp của loại thực phẩm đó với bộ túi của bạn

Lưu ý đặc biệt theo loại lỗ thông

! **Nếu bạn phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo, hãy đề phòng táo bón**
Táo bón có thể xảy ra khi bạn phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo. Các lý do gây táo bón bao gồm chế độ ăn uống thiếu chất xơ và không đủ chất lỏng. Đôi khi chỉ cần tăng lượng nạp chất lỏng hoặc chất xơ sẽ khắc phục được vấn đề. Nếu tình trạng táo bón vẫn tiếp diễn, hãy tham khảo ý kiến chuyên gia chăm sóc sức khỏe.

! **Nếu bạn phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo hoặc phẫu thuật mở thông ruột hồi, hãy đề phòng tiêu chảy**
Bạn vẫn có thể bị tiêu chảy vì nhiều lý do. Nếu chất thải chuyển sang phần lớn là dịch thải và thấy lượng chất thải ra tăng lên rõ rệt, bạn có thể đã bị tiêu chảy. Trong thời gian này, tránh các loại thức ăn và đồ uống khiến phân lỏng. Nếu bị tiêu chảy, bạn cần uống nhiều nước hơn để ngăn mất nước. Các dấu hiệu mất nước bao gồm khô miệng, nước tiểu sẫm màu, đi tiểu ít, suy nhược, chuột rút cơ và cảm thấy choáng váng. Nếu tình trạng tiêu chảy vẫn tiếp diễn, hãy gọi cho chuyên gia chăm sóc sức khỏe.

! **Nếu phẫu thuật mở thông ruột hồi, hãy đề phòng bị tắc nghẽn thức ăn**
Khi phẫu thuật mở thông ruột hồi, ruột có thể bị sưng và có thể làm hẹp lỗ thông ruột hồi. Điều này thường xảy ra trong bốn đến sáu tuần đầu tiên sau khi phẫu thuật và có thể làm cho một số thức ăn khó tiêu hóa. Chuột rút và đau bụng cùng với tiêu chảy ra nước hoặc không có phân thải có thể cho thấy bị tắc hay nghẽn thức ăn. Nếu nghi ngờ mình có thể bị tắc hay nghẽn, hãy liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe ngay lập tức.

Thực phẩm có thể khiến phân đặc bao gồm:

- | | | | |
|----------------|-------------------------|---------------|-----------------|
| • nước sốt táo | • bơ kem | • mì (đã nấu) | • bánh mì trắng |
| • chuối | • đậu phộng (không hạt) | • bánh quy | • sữa chua |
| • phô mai | • kẹo xốp dẻo | • gạo trắng | |

Kiểm soát mùi và hơi

Túi hậu môn nhân tạo ngày nay được thiết kế kèm màng ngăn mùi để ngăn mùi từ chất thải bên trong túi. Bạn chỉ sẽ thấy mùi khi đổ hoặc thay túi. Nếu nhận thấy mùi bất kỳ lúc nào khác, hãy kiểm tra xem màng niêm của túi có bị rò rỉ hay không.

Đổ túi thường xuyên có thể giúp giảm nguy cơ rò rỉ từ đó gây ra mùi. Đổ túi khi đầy 1/3 đến 1/2 (thông thường, bốn đến sáu lần mỗi ngày). Thời điểm tốt nhất để thay bộ túi là vào buổi sáng trước khi ăn hoặc uống bất cứ thứ gì.

Nếu bạn phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo hoặc phẫu thuật mở thông ruột hồi, bạn có thể nhận thấy hơi trong túi khi ruột bắt đầu hoạt động sau khi phẫu thuật. Lượng hơi thường khác nhau. Nếu bạn bị đầy hơi trước khi phẫu thuật, bạn sẽ có thể trải qua tình trạng tương tự như sau khi phẫu thuật, hiện tượng đầy hơi là bình thường, nhưng ăn uống một số loại thực phẩm chắc chắn có thể tạo ra nhiều hơi hơn. Đó cũng có thể là do chướng bụng. Sử dụng đồ uống có ga, hút thuốc, nhai kẹo cao su và nhai khi mở miệng đều có thể làm tăng lượng không khí bạn nuốt vào. Một số thực phẩm như măng tây và hải sản, thực phẩm chức năng và một số loại thuốc có thể khiến nước tiểu của bạn nặng mùi.

Thực phẩm và đồ uống có thể làm tăng mùi và hơi:

- măng tây
- đậu
- bia
- họ bắp cải
- thức uống có ga
- trứng (*luộc chín*)
- cá
- dưa
- sản phẩm từ sữa
- hành tây
- thực phẩm được nêm gia vị

MẸO

Nếu bạn phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo hoặc phẫu thuật mở thông ruột hồi và lo lắng về hơi, bạn có thể sử dụng túi có bộ lọc. Bộ lọc sẽ giúp hơi ra khỏi túi từ từ, nhưng không có mùi. Nó cũng ngăn hơi tích tụ, do đó túi không bị phồng lên như quả bóng. Bộ lọc sẽ hoạt động tốt nhất với chất thải đã thành hình, nhưng có thể được sử dụng với chất thải đồng nhất khác.

Dùng thuốc

Một số loại thuốc hoặc thực phẩm chức năng có thể thay đổi màu sắc, mùi hoặc độ đặc của phân. Ngay cả những loại thuốc không kê đơn như thuốc kháng axit, có thể gây ra những thay đổi như táo bón hoặc tiêu chảy.

Trước khi dùng bất kỳ loại thuốc nào, bạn nên hỏi chuyên gia chăm sóc sức khỏe hoặc dược sĩ.

Nếu bạn phẫu thuật lỗ thông ruột hồi, một số loại thuốc có thể không được hấp thụ hoàn toàn khi bạn đã cắt bỏ ruột kết. Những loại này bao gồm:

- Tráng ruột
- Tác dụng chậm
- Tác dụng kéo dài hoặc duy trì

Rửa lỗ thông

Rửa lỗ thông có thể là lựa chọn cho người phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo đi xuống hoặc hậu môn nhân tạo ở chậu hông. Mục đích của việc rửa vết phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo là để cho phép bạn kiểm soát thời điểm đi tiêu. Rửa lỗ thông giúp ruột kết được rỗng đều đặn hàng ngày.

Rửa lỗ thông giống như thụt thông qua việc cho nước vào lỗ thông. Việc rửa lỗ thông thường xuyên được thực hiện theo chỉ định của bác sĩ và không thích hợp cho những người phẫu thuật mở đường tiểu hoặc phẫu thuật mở thông ruột hồi. Nếu bạn muốn tìm hiểu kỹ thuật rửa lỗ thông, điều cực quan trọng là bạn phải trao đổi với chuyên gia chăm sóc sức khỏe để biết thêm thông tin.

Xác định nhiễm trùng đường tiểu

Người phẫu thuật chuyển hướng đường tiểu có thể bị bệnh nhiễm trùng đường tiểu. Điều này có thể dẫn đến các vấn đề về thận. Nếu bạn nhận thấy bất kỳ triệu chứng nào trong số này, hãy liên hệ với chuyên gia chăm sóc sức khỏe hoặc điều dưỡng chăm sóc hậu môn nhân tạo.

Một số dấu hiệu cảnh báo nhiễm trùng đường tiểu bao gồm:

- Nước tiểu đục, sẫm màu
- Nước tiểu nặng mùi
- Đau lưng (ở vùng thận)
- Sốt
- Mất cảm giác ngon miệng
- Buồn nôn
- Nôn

Chuyên gia chăm sóc sức khỏe có thể lấy mẫu nước tiểu để giúp xác định khả năng nhiễm trùng đường tiểu. Mẫu nước tiểu để xét nghiệm trong phòng thí nghiệm phải được lấy từ một túi mới hoặc mẫu được thông tiểu; không bao giờ lấy từ một túi hiện có hoặc túi cạnh giường.

Xử lý cảm xúc

Người phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo thường phản ứng lại với nhiều kiểu cảm xúc và phản hồi khác nhau. Một số người bày tỏ cảm xúc của họ bằng cách nói chuyện với bạn bè, gia đình hoặc những người khác đã từng có trải nghiệm tương tự. Một số nhận thấy việc đọc và tìm hiểu về tình cảnh của họ là tốt nhất cho họ.

Không nên giữ những cảm xúc mạnh mẽ và mãnh liệt cho riêng mình. Cởi mở về chúng, nói về chúng và thảo luận về chúng với những người thân yêu có thể giúp bạn vượt qua cảm xúc của mình. Nếu bạn cảm thấy cảm xúc của mình đang ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống, hãy cân nhắc trao đổi với chuyên gia chăm sóc sức khỏe hoặc một nhóm hỗ trợ. Bạn có thể liên hệ các nhóm hỗ trợ chuyên về hậu môn nhân tạo trực tiếp hoặc qua hình thức trực tuyến. Điều dưỡng chăm sóc hậu môn nhân tạo có thể giúp cung cấp cho bạn thông tin về cách xin hỗ trợ.



Nguyên tắc chăm sóc chung

- Đổ túi khi đầy 1/3 đến 1/2 phân, hơi hoặc nước tiểu.
- Nếu phẫu thuật lỗ thông đường tiểu, hãy sử dụng bộ gom dịch thải cạnh giường vào ban đêm (hoặc thức dậy thường xuyên vào ban đêm để đi đổ túi)
- Thay màng bảo vệ da thường xuyên. Bạn sẽ cảm thấy dễ chịu hơn với màng bảo vệ này sau khi tìm hiểu loại màng nào phù hợp nhất với mình
- Thời gian đeo dựa trên lựa chọn cá nhân và đặc điểm của lỗ thông và loại màng bảo vệ da
- Nếu bạn sử dụng xà phòng, hãy đảm bảo rằng nó không chứa các loại sữa dưỡng, kem hoặc dầu có thể để lại dư lượng trên da. Điều này có thể làm mất tác dụng của chất kết dính trên màng bảo vệ da
- Đảm bảo vùng da quanh lỗ thông sạch và khô trước khi sử dụng màng bảo vệ da
- Kiểm tra để đảm bảo rằng không có phần da nào ở giữa lỗ màng bảo vệ da và lỗ thông để giúp tránh rò rỉ và kích ứng da
- Nếu đeo bộ túi hai mảnh, hãy thử đặt màng bảo vệ da trên cơ thể theo hình kim cương để vừa vặn hơn
- Sau khi dán màng bảo vệ da, hãy ấn nhẹ vào da trong khoảng một phút để màng bám dính chắc chắn nhất.
- Bạn có thể tắm rửa khi đang đeo túi và màng bảo vệ da hoặc có thể tháo ra trước khi tắm — nước sẽ không làm hỏng hoặc chảy vào lỗ thông
- Lấy túi ra khỏi bộ hai mảnh trước khi tắm có thể ảnh hưởng đến độ bám dính của màng bảo vệ da — tốt nhất nên để nguyên túi hoặc tháo cả túi và màng bảo vệ da
- Nhớ kiểm tra vùng da quanh lỗ thông để đảm bảo vùng da của bạn khỏe mạnh và giúp kịp xử lý vấn đề
- Nếu bạn phát hiện vùng da bị đỏ, trầy xước hoặc ẩm ướt quanh lỗ thông, hoặc bộ túi bị lệch, hãy nhớ gặp chuyên gia chăm sóc sức khỏe hoặc điều dưỡng chăm sóc hậu môn nhân tạo



Sinh hoạt

hàng ngày

Khi chuyên gia chăm sóc sức khỏe cho biết điều đó phù hợp, thì bạn có thể quay về các hoạt động thường ngày của mình. Bạn sẽ quen dần với bộ túi của mình và đặt ra được một lịch biểu phù hợp với lối sống.

Ăn mặc

Sau khi phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo, nhiều người lo lắng rằng túi sẽ lộ ra dưới lớp trang phục của mình. Một số người nghĩ rằng họ sẽ không thể mặc quần áo "bình thường", hoặc họ sẽ phải mặc quần áo quá khổ người mình. Bạn có thể mặc cùng loại quần áo đã mặc trước khi phẫu thuật.

Trên thực tế, túi ngày nay có kiểu dáng kín đáo và vừa khít với cơ thể, sẽ ít ai biết được bạn đang đeo túi trừ khi bạn nói với họ. Đồ túi thường xuyên cũng có thể giúp tránh túi bị phồng khi quá đầy.

Bạn có thể đeo túi bên trong hoặc bên ngoài quần lót. Chọn cách mà bạn cảm thấy thoải mái nhất.

Hoạt động, Thể dục và Thể thao

Khi chuyên gia chăm sóc sức khỏe cho biết điều đó phù hợp, thì bạn có thể quay về các hoạt động thường ngày của mình. Hậu môn nhân tạo sẽ không làm cản trở bạn trong việc tập thể dục hoặc hoạt động thể chất. Ngoại trừ môn thể thao tiếp xúc quá mạnh hoặc nâng vật nặng, bạn sẽ có thể thoải mái tham gia cùng loại hoạt động thể chất như đã yêu thích trước khi phẫu thuật.

Người sử dụng hậu môn nhân tạo có thể bơi lội, lướt ván hoặc trượt tuyết, chơi gôn, quần vợt, bóng chày, bóng mềm, đi bộ đường dài, chèo thuyền hoặc chạy bộ giống như trước khi phẫu thuật. Xin lưu ý rằng nhiệt và độ ẩm có thể làm giảm thời gian đeo của bộ túi. Vào những tháng nóng và sau khi hoạt động, bạn nên theo dõi tình trạng sử dụng của màng bảo vệ da. Để cố định thêm, bạn có thể cân nhắc dùng thêm miếng nới màng bảo vệ vào mép màng bảo vệ da trước khi bơi.

- Đeo túi trước khi bơi
- Bạn có thể cân nhắc dùng thêm miếng nới màng bảo vệ vào mép màng bảo vệ da trước khi bơi
- Bạn có thể cần thay túi thường xuyên hơn nếu bạn đeo trong bồn tắm nước nóng hoặc phòng xông hơi khô

Trở lại làm việc và Đi du lịch

Như với bất kỳ cuộc phẫu thuật nào, bạn đều sẽ cần một thời gian để hồi phục. Hãy nhớ kiểm tra cùng với chuyên gia chăm sóc sức khỏe trước khi trở lại làm việc hoặc bắt đầu bất kỳ hoạt động cần dùng nhiều sức nào. Một khi đã hồi phục sau phẫu thuật, hậu môn nhân tạo sẽ không làm cản trở

bạn. Bạn sẽ có thể trở lại làm việc hoặc đi du lịch ở bất cứ đâu. Chuyên gia chăm sóc sức khỏe sẽ hướng dẫn và chỉ dẫn bạn theo cách phù hợp.

Khi đi du lịch, hãy mang theo đồ dùng kèm hậu môn nhân tạo. Bạn nên đóng gói theo nhiều hơn những đồ dùng bạn nghĩ mình sẽ cần. Nếu cần mua đồ dùng trong khi đi du lịch, bạn sẽ tìm thấy các sản phẩm cho hậu môn nhân tạo có sẵn từ nhà bán lẻ đồ y tế hoặc phẫu thuật tuyến chọn trên khắp thế giới.

- Khi đi máy bay, hãy đóng gói đồ dùng kèm hậu môn nhân tạo trong hành lý xách tay
- Hỏi hãng hàng không về những hạn chế khi mang theo chất lỏng gel, kéo và bình xịt
- Tìm hiểu mang theo thẻ du lịch có thông tin về hậu môn nhân tạo của bạn — điều này có thể hữu ích khi truyền đạt với nhân viên an ninh sân bay
- Thất dây an toàn ở trên hoặc dưới lỗ thông
- Bảo quản sản phẩm dùng cho hậu môn nhân tạo ở nơi khô ráo, thoáng mát
- Biết rõ nơi liên hệ với điều dưỡng chăm sóc hậu môn nhân tạo tại địa phương
- Nếu sử dụng túi nước tiểu nhân tạo, hãy cân nhắc sử dụng túi chân nếu không thể đổ túi khi đầy 1/3 đến 1/2



Tình dục và Tình thân

Bởi vì phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo là thủ thuật làm thay đổi cơ thể, nhiều người lo lắng về cách thủ thuật này sẽ ảnh hưởng đến mối quan hệ thể xác và tình cảm của họ với bạn đời hoặc vợ/chồng. Đối với người đang hẹn hò, điều bạn tâm lớn là làm thế nào và khi nào cần nói với ai đó về việc họ sử dụng hậu môn nhân tạo. Mối quan hệ hỗ trợ của cá nhân có thể là nguồn chữa lành bệnh chính sau bất kỳ loại phẫu thuật nào.

Phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo ảnh hưởng đến cả hai người bạn tình trong mối quan hệ và đó là điều mà cả hai người phải thích nghi theo cách riêng của mình. Hãy cho người bạn tình của mình biết rằng hoạt động tình dục sẽ không làm tổn thương bạn hoặc lỗ thông của bạn, mặc dù bạn không bao giờ muốn sử dụng lỗ thông để giao hợp. Nếu lo lắng về việc điều chỉnh cảm xúc của mình sau khi phẫu thuật, hãy nói chuyện với chuyên gia chăm sóc sức khỏe hoặc điều dưỡng chăm sóc hậu môn nhân tạo.

- Đổ túi trước khi quan hệ tình dục
- Hoạt động tình dục sẽ không làm tổn thương bạn hoặc lỗ thông của bạn
- Túi hoặc nắp túi mờ đục có thể giúp che giấu các chất thải bên trong túi
- Đồ lót có thể giúp giấu túi và giữ túi sát vào cơ thể

Làm cha mẹ

Nếu bạn đang cân nhắc có con, bạn sẽ rất vui khi biết được rằng sau khi hồi phục khả quan, người sử dụng hậu môn nhân tạo vẫn có thể có con. Nhiều người vẫn trở thành cha mẹ sau khi phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo. Nếu bạn có thắc mắc về việc mang thai khi sử dụng hậu môn nhân tạo, hãy hỏi chuyên gia chăm sóc sức khỏe hoặc điều dưỡng chăm sóc hậu môn nhân tạo.



Mối quan hệ và

Nhờ hỗ trợ

Ngày nay, bộ túi hậu môn nhân tạo được thiết kế kín đáo. Không ai cần biết bạn đang đeo túi.

Bạn sẽ tự mình quyết định mình sẽ nói với ai và cách bạn thực hiện điều đó. Hãy cởi mở và trung thực với người mà bạn cho rằng cần biết, và không nói gì với người khác trừ khi bạn cho rằng điều đó quan trọng. Hãy nhớ rằng những người quanh bạn sẽ nghe theo bạn. Nếu bạn cảm thấy thoải mái, tự tin và thẳng thắn về tình trạng sức khỏe của mình, mọi người thường sẽ chấp nhận và không bị ảnh hưởng gì.

Trò chuyện với người khác

Lỗ thông là một phần trong cuộc sống của bạn. Nó cũng là một phần trong cuộc sống của gia đình và bạn đời của bạn. Một số người sẽ cảm thấy được giúp ích nếu bạn đời của họ hoặc một thành viên trong gia đình biết cách thay và đổ túi trong trường hợp khẩn cấp. Giải thích chi tiết về lỗ thông của bạn cho họ rất tuyệt cho mối quan hệ và giúp bạn nhẹ lòng hơn.

Bạn bè, người thân và đồng nghiệp cũng có thể quan tâm đến bạn, đặc biệt nếu bạn bị ốm trong một khoảng thời gian. Khi họ thấy bạn trông khỏe mạnh hơn, họ sẽ không chỉ vui mà còn muốn biết bạn đã được điều trị theo cách nào. Tất nhiên, bạn sẽ là người xác định điều gì nên tiết lộ cho người khác.

Dưới đây là một số mẹo có thể hữu ích nếu bạn đang nghĩ đến việc nói với người khác về việc mình sử dụng hậu môn nhân tạo.

- Nếu bạn định nói với con hoặc cháu về việc bạn sử dụng hậu môn nhân tạo hoặc phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo, thì bạn sẽ luôn tìm được các loại sách hoặc hình nộm phù hợp từ nhà sản xuất hậu môn nhân tạo để giúp bạn giải đáp những thắc mắc này. Giải thích trung thực và đơn giản rất quan trọng và điều này giúp hình thành nền tảng quan hệ tốt đẹp với các thành viên nhỏ tuổi hơn trong gia đình. Việc bạn quyết định nói với họ nhiều hay ít, và việc bạn quyết định cho họ thấy lỗ thông của mình hay không, tùy thuộc vào tính chất gia đình bạn cũng như độ tuổi của họ.
- Nếu bạn định nói với người không thân với mình, cách để thỏa mãn sự tò mò của họ là giải thích rằng bạn bị mắc một căn bệnh nặng khiến đe dọa cho cuộc sống của bạn. Do đó, bạn đã trải qua một cuộc đại phẫu và bây giờ phải đeo túi. Với cách giải thích như vậy, bạn sẽ ít khi bị hỏi thêm trừ khi bạn muốn cung cấp thêm thông tin.

- Nếu đang ở trong mối quan hệ tình cảm mới, bạn cần trao đổi về tình cảnh của mình trước khi bước vào mối quan hệ thể xác. Lập kế hoạch trước bằng cách diễn tập một lời giải thích ngắn cho chính mình. Bắt đầu bằng việc bạn mắc bệnh nặng, phải điều trị bằng phẫu thuật. Kết quả là bạn phải đeo túi. Một khi đã tập cách bày tỏ về tình cảnh của mình, bạn sẽ dễ dàng tìm được thời điểm thoải mái để giải thích nó với bạn tình mới trong tương lai.



Thời điểm cần gọi điều dưỡng chăm sóc hậu môn nhân tạo

Nếu bạn trải qua phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo hoặc mở thông ruột hồi, hãy gọi điều dưỡng chăm sóc hậu môn nhân tạo nếu bạn nhận thấy bất kỳ vấn đề nào sau đây được liệt kê bên dưới:

- Kích ứng da
- Rò rỉ liên tục dưới bộ túi hoặc màng bảo vệ da
- Chảy máu quá nhiều tại lỗ thông
- Phân có máu
- Vùng da quanh lỗ thông bị phồng
- Tiêu chảy dai dẳng
- Tiêu chảy kèm theo đau và/hoặc nôn
- Lỗ thông có vẻ dần dài ra

Nếu bạn phẫu thuật lỗ thông tiểu nhân tạo, hãy gọi điều dưỡng chăm sóc hậu môn nhân tạo nếu bạn nhận thấy bất kỳ vấn đề nào sau đây được liệt kê bên dưới:

- Bất kỳ dấu hiệu nào cho thấy nhiễm trùng đường tiểu (xem trang 32)
- Kích ứng da
- Tinh thể nước tiểu trên hoặc quanh lỗ thông
- Rò rỉ liên tục dưới bộ túi hoặc màng bảo vệ da
- Vùng da quanh lỗ thông bị nhăn, đổi màu
- Chảy máu quá nhiều tại lỗ thông
- Nước tiểu có máu
- Vùng da quanh lỗ thông bị phồng
- Lỗ thông có vẻ dần dài ra

Ghi chú

Bảng chú giải thuật ngữ

Túi kín

Túi không có miệng hoặc kẹp. Phải tháo ra mới đổ được.

Lỗ hậu môn nhân tạo

Lỗ được tạo ra bằng phẫu thuật trong ruột già (hoặc ruột kết).

Màng bảo vệ da lồi

Màng bảo vệ da không bằng phẳng mà cong ra ngoài về phía da quanh lỗ thông. Mànng lồi có thể được phân loại là mềm hoặc cứng.

Màng bảo vệ da cắt vừa vặn

Màng bảo vệ da có thể được cắt theo kích thước và hình dạng phù hợp với lỗ thông.

Túi dẫn lưu

Túi hậu môn nhân tạo hoặc túi thông ruột hồi có lỗ ở phía dưới. Bạn sẽ dùng chốt hoặc kẹp tích hợp để giữ túi đóng lại cho đến khi tới lúc đổ túi.

Màng bảo vệ da đeo lâu

Màng bảo vệ da có chứa chất bổ sung đặc biệt có thể bám chắc hơn vào da và có thể chống lại hư hỏng tốt hơn.

Bộ lọc

Xả hơi không có mùi từ túi hậu môn nhân tạo hoặc túi thông ruột hồi.

Vòng gắn

Vòng nhựa được sử dụng để nối hai phần của bộ túi hai mảnh với nhau.

Màng bảo vệ da bằng phẳng

Màng bảo vệ da có vùng bề mặt bằng phẳng dính vào da.

Lỗ thông ruột hồi

Lỗ được tạo bằng phẫu thuật trong ruột non (hoặc ruột kết).

Màng bảo vệ da ngấm

Loại màng bảo vệ da được ngấm chất bổ sung, chẳng hạn như ceramide, để duy trì vùng da quanh lỗ thông khỏe mạnh.

Bộ túi một mảnh

Màng bảo vệ da và túi ở duy nhất một bộ.

Hậu môn nhân tạo

Lỗ được tạo bằng cách phẫu thuật trong đường tiêu hóa hoặc đường tiểu. Còn được gọi là lỗ thông.

Da quanh lỗ thông

Khu vực quanh lỗ thông bắt đầu từ nơi da/lỗ thông tiếp xúc nhau và mở rộng ra ngoài đến khu vực được màng bảo vệ da bao phủ.

Túi

Túi đựng chất thải từ lỗ thông.

Bộ túi

Bao gồm màng bảo vệ da và túi. Bạn có thể chọn bộ túi một mảnh hoặc bộ túi hai mảnh.

Màng bảo vệ da định sẵn kích cỡ

Lỗ của màng bảo vệ đã được cắt theo kích thước thích hợp với lỗ thông.

Màng bảo vệ da

Phần của bộ túi khít vừa vặn quanh lỗ thông. Nó giúp bảo vệ da quanh lỗ thông và giữ cho bộ túi ở đúng vị trí. Đôi khi được gọi là vòng đệm.

Màng bảo vệ da đeo tiêu chuẩn

Màng bảo vệ da có lớp keo dán nhẹ vào da nhưng sẽ kém bền hơn màng bảo vệ da đeo lâu. Đôi khi được gọi là màng đeo thường.

Lỗ thông

Lỗ được tạo bằng cách phẫu thuật trong đường tiêu hóa hoặc đường tiểu. Còn được gọi là hậu môn nhân tạo.

Bộ túi hai mảnh

Màng bảo vệ da và túi được tách riêng làm hai mảnh.

Phẫu thuật mở thông đường tiểu

Hậu môn nhân tạo được tạo để thoát nước tiểu.

Túi nước tiểu nhân tạo

Túi có đầu đổ ở phía dưới để nước tiểu có thể thoát ra ngoài.

Thời gian đeo

Khoảng thời gian mà bộ túi có thể được đeo trước khi bị hỏng. Thời gian đeo có thể khác nhau nhưng phải tương đối nhất quán với mỗi người.

Điều dưỡng (vết thương hậu môn nhân tạo tiện lợi)

Điều dưỡng được đào tạo tăng cường, chuyên về chăm sóc hậu môn nhân tạo.

Hollister Incorporated
2000 Hollister Drive
Libertyville, Illinois 60048
1.800.323.4060

www.hollister.com

**Remois là một công nghệ
của Alcare Co., Ltd.*



Trước khi sử dụng, hãy nhớ đọc Hướng dẫn sử dụng để biết thông tin về Mục đích sử dụng, Chống chỉ định, Cảnh báo, Biện pháp phòng ngừa và Hướng dẫn sử dụng.

Không phải tất cả các sản phẩm đều có dấu chứng nhận CE.

Hollister, logo Hollister, Adapt, Conform 2 (Châu Âu), Moderma (Châu Âu), New Image (Hoa Kỳ), Premier (Hoa Kỳ), Secure Start và "Healthy skin. Positive outcomes." là các thương hiệu của Hollister Incorporated. Tất cả các thương hiệu khác thuộc sở hữu của chủ sở hữu tương ứng. © 2022 Hollister Incorporated.

