

# Observe a sua pele peristoma e verifique se existe algum sinal de lesão

Comece aqui

Retire o dispositivo e observe a sua pele

## Pele saudável

A pele em volta do estoma tem a mesma cor da pele do outro lado do seu abdómen?

Sim



Isto indica uma pele saudável sem lesão. Lembre-se de observar sinais de lesão na pele em volta do seu estoma regularmente.

Não



A descoloração da pele indica lesão. Poderá estar a ser causada por um dos seguintes fatores: fugas, pressão, fricção/remoção ou outros.

Continua

## Fugas

Consegue detetar a presença de fezes ou urina na pele ou na placa?

Sim

A pele à volta do seu estoma está: macerada, a sangrar, com ardor ou comichão?

Sim

**Lesões severas causadas por fugas**  
**Deve procurar ajuda do seu enfermeiro de estomaterapia.**  
Seguir as indicações para alívio de lesões moderadas da pele causadas por fugas também pode ajudar.

Não

Não

### Lesões moderadas causadas por fugas

O que pode fazer:

- Siga as instruções “Aplicar, Remover, Observar” no verso deste guia.
- Substituir dispositivo com regularidade.

- Adotar uma rotina de substituição correta pode ajudar na prevenção de fugas e consequentes lesões.

**Como pode o enfermeiro de estomaterapia ajudar?**

- Sugerir um novo dispositivo, mais adaptado ao seu estoma e abdómen. Por vezes é necessário uma placa com outro formato ou mais resistente à erosão.

- Sugerir a utilização de alguns acessórios protetores da pele, como spray removedor, spray barreira ou pó absorvente.
- Informar sobre qualquer complicação com o estoma ou a pele peristoma.

## Pressão

Consegue observar alguma marca causada por um dispositivo convexo, cinto, vestuário ou excesso de peso?

Sim

A pele à volta do seu estoma apresenta alterações de coloração, dor, endurecimento, sangramento, ardor e comichão?

Sim

**Lesão severa causada por pressão**  
**Deve procurar ajuda do seu enfermeiro de estomaterapia** e evitar o uso de qualquer acessório que possa causar pressão na pele peristoma.

Não

Não

**Lesões moderadas causadas por pressão**  
O que pode fazer:  
Evitar usar cintos ou vestuário que causem pressão na área do estoma.

## Fricção/Remoção

A pele à volta do seu estoma apresenta erosão?

Sim

A pele à volta do seu estoma apresenta alterações de coloração, dor, endurecimento, sangramento, ardor e comichão?

Sim

**Lesões severas causadas por fricção/remoção**  
**Deve procurar ajuda do seu enfermeiro de estomaterapia** e siga as indicações acima para lesões moderadas da pele causadas por fricção/remoção.

Não

Não

### Lesão moderada causada por fricção/remoção

O que pode fazer:

- Ter atenção à técnica de remoção do dispositivo, garantindo que descola a placa suavemente.
- Considerar o uso de acessórios que auxiliem a remoção ou a proteção da pele, falando com o enfermeiro de estomaterapia.
- Lavar a pele peristoma com água.
- Ter atenção aos pelos da pele peristoma aquando da remoção do dispositivo.

**Como pode o enfermeiro de estomaterapia ajudar?**

- Sugerir um dispositivo com uma aderência não tão forte e a introdução de um spray removedor na rotina.
- Orientar regularmente sobre a dimensão do estoma, ajustando assim o orifício da placa.

## Outros

Poderá sofrer de uma lesão que não está identificada neste guia.

**Deve procurar ajuda junto do seu enfermeiro de estomaterapia.**

Os seguintes sintomas podem sugerir que a lesão da sua pele está relacionada com uma infeção ou alergia:

- Alguma ferida ou aparecimento de uma úlcera
- Pele acinzentada (infeção fúngica)
- Pápulas vermelhas com topo branco
- Pele irritada em toda a área coberta pela placa.

Até se aconselhar com o enfermeiro, deverá garantir que realiza a sua rotina de substituição de forma correta.

**Sugestão:** Tire fotografias ao seu estoma diariamente, desta forma será possível avaliar se há melhorias da lesão.

**ATENÇÃO:** Se seguir todas estas indicações e não verificar melhorias no espaço de uma semana, deverá consultar o seu enfermeiro estomaterapeuta.

**Para mais ajuda:**

Se tem mais questões acerca do uso deste guia ou sobre a rotina de mudança do seu dispositivo, por favor contacte o seu enfermeiro de estomaterapia ou ligue para o número de apoio grátis da Coloplast: 800 914 390

## O seu guia para uma pele peristoma saudável



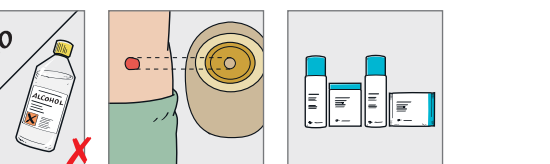
Os dispositivos de ostomia foram desenhados para proteger a pele dos efluentes (fezes e urina). Uma pele saudável, limpa e seca irá potenciar a adesão do dispositivo e consequentemente reduzir o risco de fugas, que são a principal causa de lesões na pele.

Para manter uma pele saudável é necessário garantir que a aplicação e remoção do dispositivo está a ser realizada de forma correta e regular. O intervalo de tempo entre as substituições do dispositivo varia de acordo com as características individuais de cada um.

Seguir os passos “Aplicar, Remover e Observar” explicados neste guia, ajudará na realização de uma rotina de substituição correta e completa.

### Aplicar

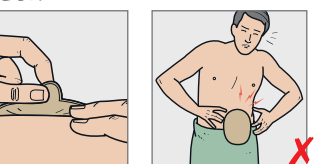
A aplicação deve ser realizada numa pele limpa e seca. Desta forma o dispositivo permanecerá no sítio certo, evitando fugas e lesões na pele. É importante garantir também que a placa está ajustada ao estoma. Alguns acessórios, como a pasta ou os anéis, podem ajudar a conseguir o ajuste ideal.



Before use, always consult the “instructions for use” document delivered with the products

### Remover

A remoção do dispositivo deve ser realizada de forma suave, de modo a proteger a pele em volta do estoma. Comece por puxar para baixo a aba, de modo a soltar a placa. Com uma mão faça uma ligeira pressão na pele e com a outra vá removendo a placa no sentido descendente. Alguns acessórios, como o spray removedor, podem ajudar neste processo. Independentemente da sua rotina de troca, deverá substituir o seu dispositivo sempre que sentir algum comichão ou ardor.

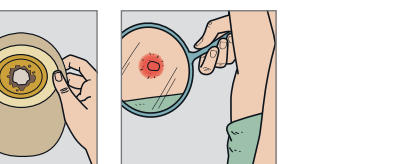


### Observar

A observação é um passo fundamental na rotina de substituição. Cada vez que substitui o seu dispositivo, deve observar o aspeto do seu estoma e da pele peristoma. Pode recorrer ao uso de um espelho, se achar que facilita o processo.

Deverá substituir o seu dispositivo com maior regularidade se verificar algum dos seguintes sinais:

- Erosão da placa
- Fuga na placa ou na pele
- Pele peristoma lesada ou descolorada



## Qual é o aspeto de uma pele saudável?

A pele peristoma deverá ter o mesmo aspeto que a pele do outro lado do seu abdómen.



Sabia que...

**As lesões na pele são muitas vezes confundidas com alergias, porém estas ocorrem muito raramente.**

Se tiver uma reação alérgica toda a pele coberta pela placa estará lesada e descolorada, provavelmente acompanhada de forte comichão e ardor.

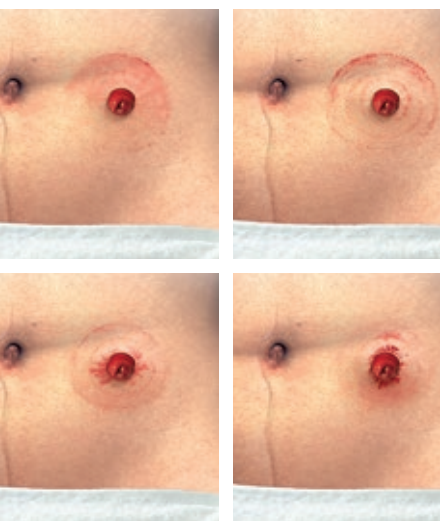


## Prevenir e tratar a pele lesada

As lesões na pele são um problema bastante frequente nas pessoas com ostomia. Se observar alguma alteração na cor ou apeto da sua pele peristoma quando comparada à pele do outro lado do abdómen, provavelmente estará na presença de uma lesão.

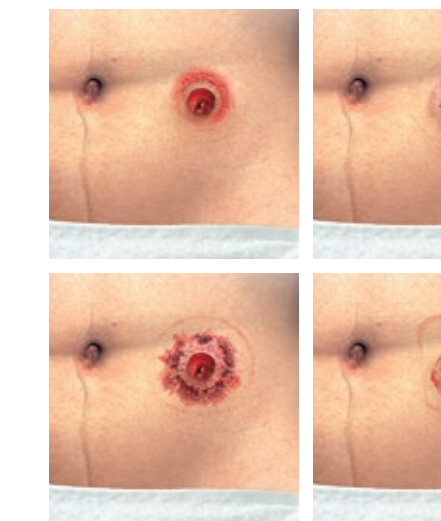
Este guia foi elaborado com o intuito de o ajudar a avaliar a sua pele, sabendo reconhecer lesões ligeiras e lesões que exijam a ajuda de um enfermeiro estomaterapeuta.

## Exemplos de lesões de pele moderadas



As ilustrações mostram quatro tipos de lesões moderadas. De modo geral este tipo de lesão pode ser prevenido e tratado pela própria pessoa (ler verso).

## Exemplos de lesões mais severas



As ilustrações mostram quatro tipos de lesões severas. Os sinais e sintomas destas lesões são, alteração da coloração, maceração, sangramento, ardor e comichão em volta do estoma. Para resolver estas situações procure o seu enfermeiro de estomaterapia (ler verso).

A melhor forma de prevenir qualquer tipo de lesão é nunca saltar nenhum passo da rotina.

Continua