

الفهرس

٤ مقدمة
٦ الجهاز الهضمي
٨ الجهاز البولي
١٠ العملية الجراحية الجهاز البولي
١٢ - العملية الجراحية في الجهاز الهضمي
١٤ - مكان الفتحة
١٤ - مظهر الفتحة
١٥ - الخروج أو التبول
١٦ المواد المتوفرة للعناية بالفتحات الصناعية
١٦ - القطعة الواحدة
١٦ - القطعتان
١٦ - تثبيت اللاصق
١٧ - العوامل التي تقلل بقاء اللاصق على الجسم
١٨ - تبديل الكيس
١٨ - الكولستومي
١٨ - الإليوستومي
١٨ - اليوروستومي
١٩ الغازات والرائحة
٢٠ العودة للحياة الطبيعية
٢١ - الملابس
٢١ - الاستحمام
٢١ - الغذاء
٢٢ - ممارسة الرياضة
٢٢ - العلاقات الجنسية
٢٣ - السفر
٢٤ - الصلاة
٢٦ نصائح وإرشادات
٢٦ - بعد العمل الجراحي
٢٦ - الإسهال
٢٦ - الإمساك
٢٧ التوجيه والتدريب والمساعدة
٢٨ المواد المساعدة
٢٩ المنتجات المتوفرة

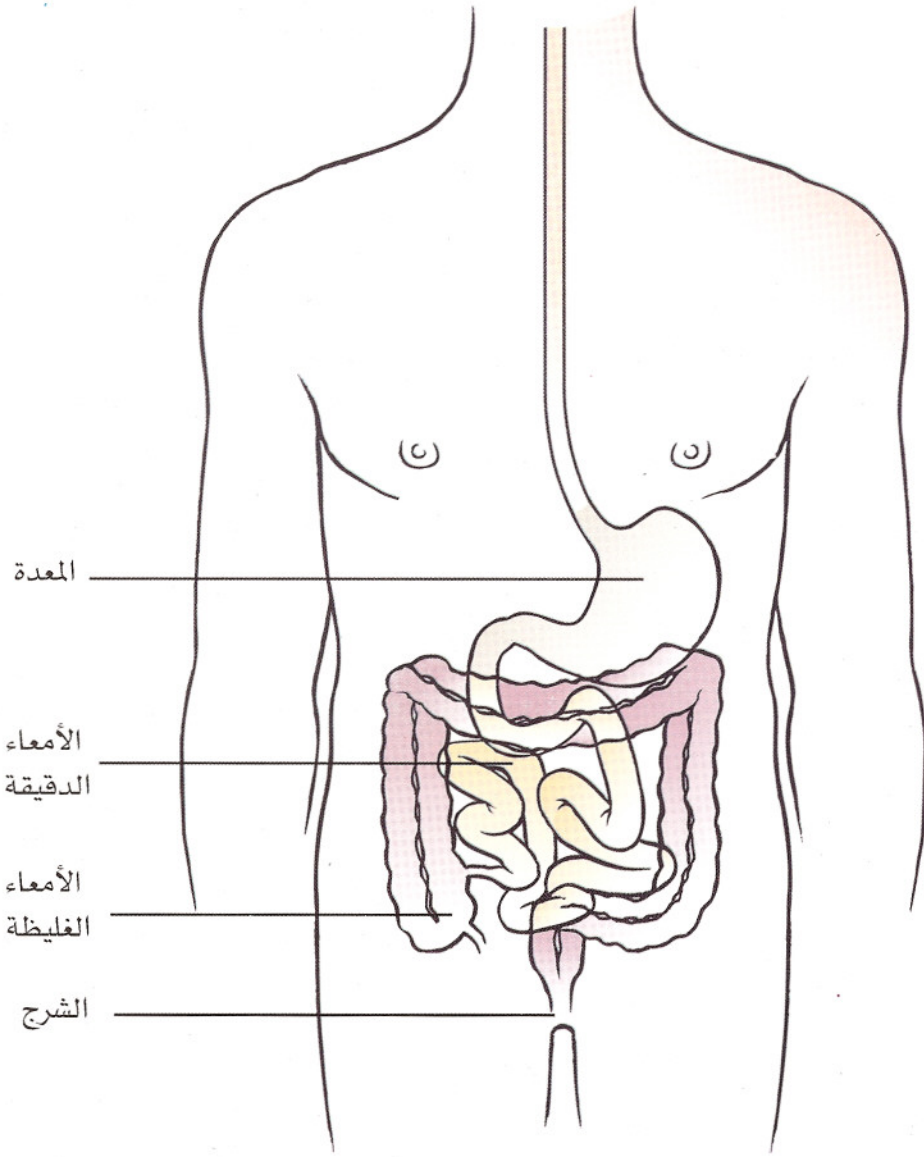
الفهرس

٤ مقدمة
٦ الجهاز الهضمي
٨ الجهاز البولي
١٠ العملية الجراحية الجهاز البولي
١٢ - العملية الجراحية في الجهاز الهضمي
١٤ - مكان الفتحة
١٤ - مظهر الفتحة
١٥ - الخروج أو التبول
١٦ المواد المتوفرة للعناية بالفتحات الصناعية
١٦ - القطعة الواحدة
١٦ - القطعتان
١٦ - تثبيت اللاصق
١٧ - العوامل التي تقلل بقاء اللاصق على الجسم
١٨ - تبديل الكيس
١٨ - الكولستومي
١٨ - الإليوستومي
١٨ - اليوروستومي
١٩ الغازات والرائحة
٢٠ العودة للحياة الطبيعية
٢١ - الملابس
٢١ - الاستحمام
٢١ - الغذاء
٢٢ - ممارسة الرياضة
٢٢ - العلاقات الجنسية
٢٣ - السفر
٢٤ - الصلاة
٢٦ نصائح وإرشادات
٢٦ - بعد العمل الجراحي
٢٦ - الإسهال
٢٦ - الإمساك
٢٧ التوجيه والتدريب والمساعدة
٢٨ المواد المساعدة
٢٩ المنتجات المتوفرة

الجهاز الهضمي

إنَّ الإنسان يجهد نفسه كثيراً في عملية الهضم فهو يأكل المواد الغذائية و يمضغها بضمه و يبلعها عن طريق المري إلى المعدة التي تقوم بسحقها و من ثمَّ تمر إلى الأمعاء بشكل سائل و بواسطة الخمائر و بعض المواد الهاضمة تتم عملية الهضم، حيث تبدأ عملية امتصاص المواد الغذائية و الفيتامينات في الأمعاء الدقيقة، ثم يمر هذا السائل إلى الأمعاء الغليظة التي تقوم بامتصاص الأملاح المعدنية و الفيتامينات و الماء و عندها يتحول القوام من سائل إلى متماسك .





المعدة

الأمعاء
الدقيقة

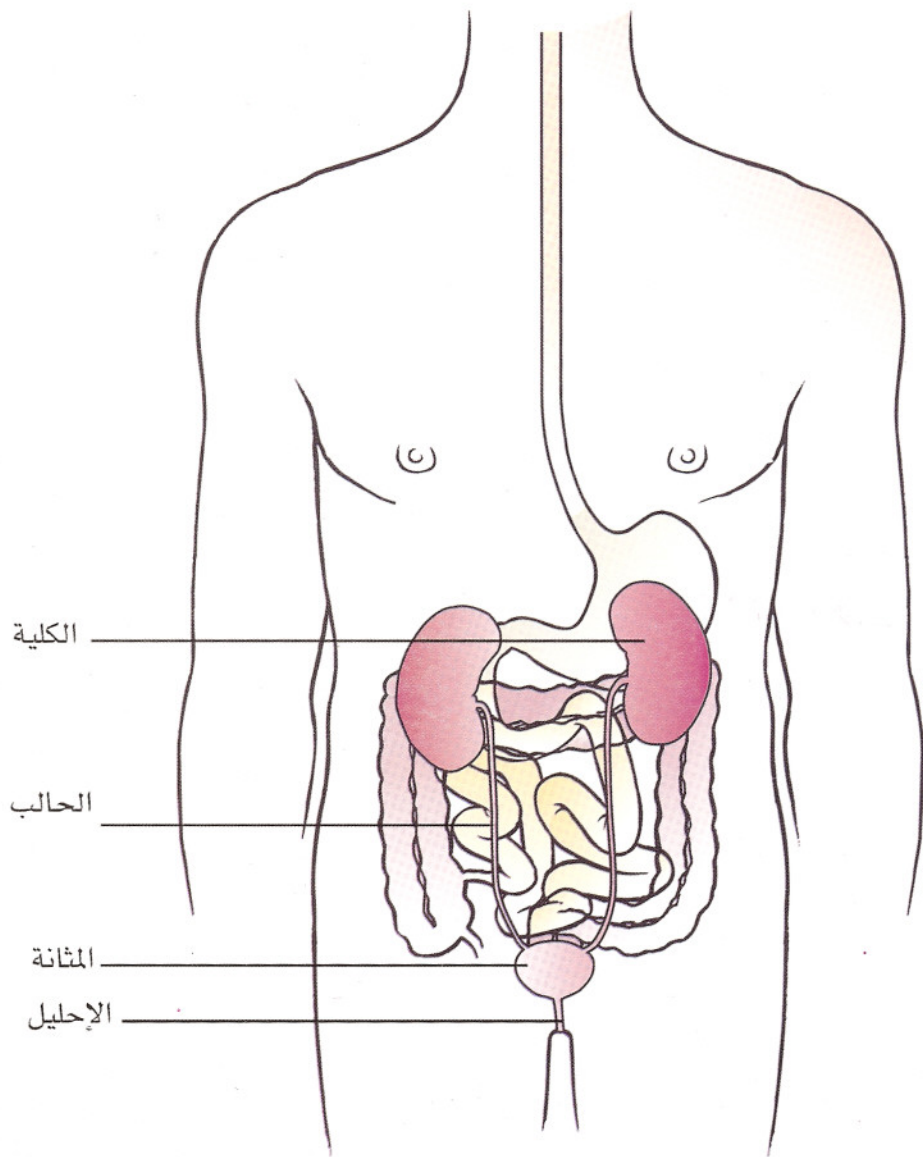
الأمعاء
الغليظة

الشرج

الجهاز البولي

يتكون البول في الكليتين و يمر عبر الحالبين إلى المثانة حيث يتم تخزينه و التحكم بطرحه عبر الإحليل.



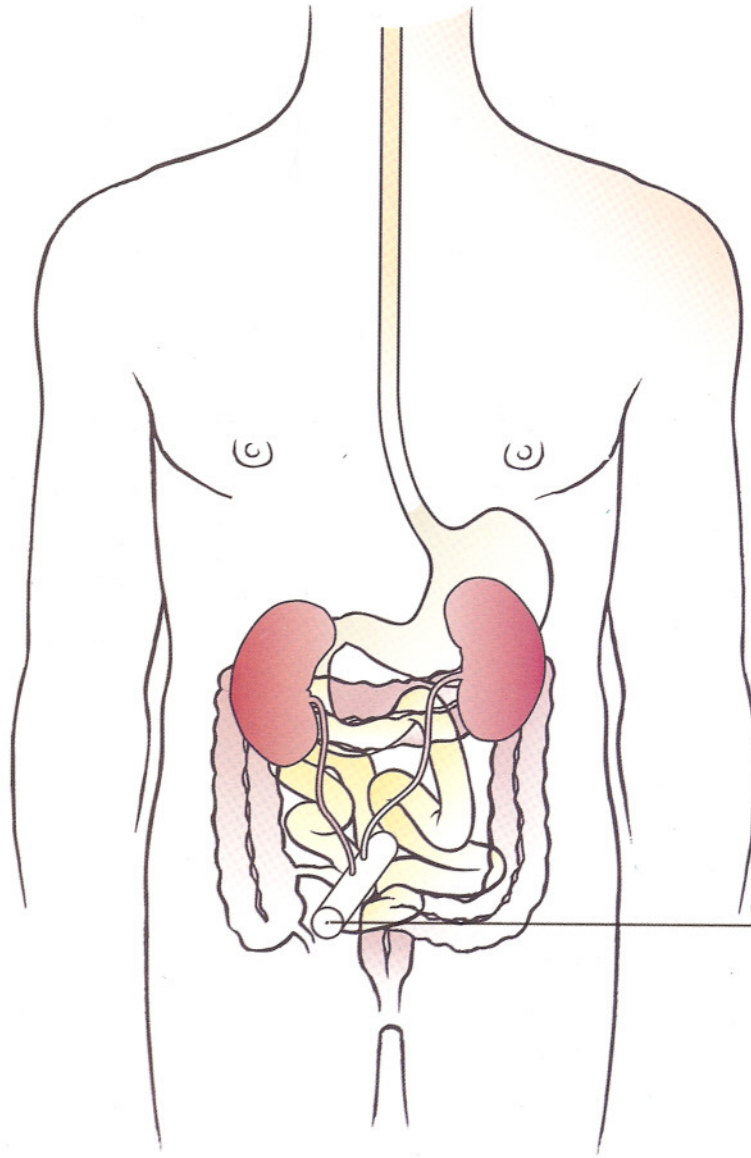


العملية الجراحية

الجهاز البولي

تستأصل المثانة نتيجة لحالة مرضية تستوجب ذلك و يتم تحويل مجرى البول خارج جدار البطن حيث يستعمل جزء من الأمعاء الدقيقة و يزرع عليه الحالبان و يثبت على جدار البطن بجراحة خاصة و عبرها يتم خروج البول و يطلق على هذه الفتحة يوروستومي.

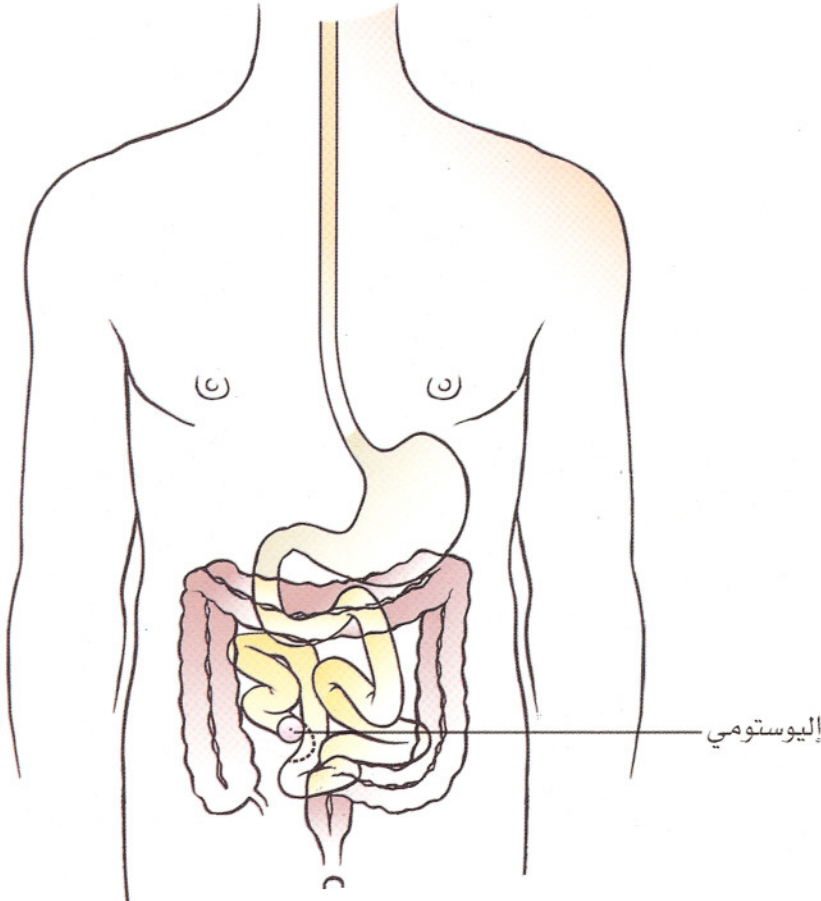


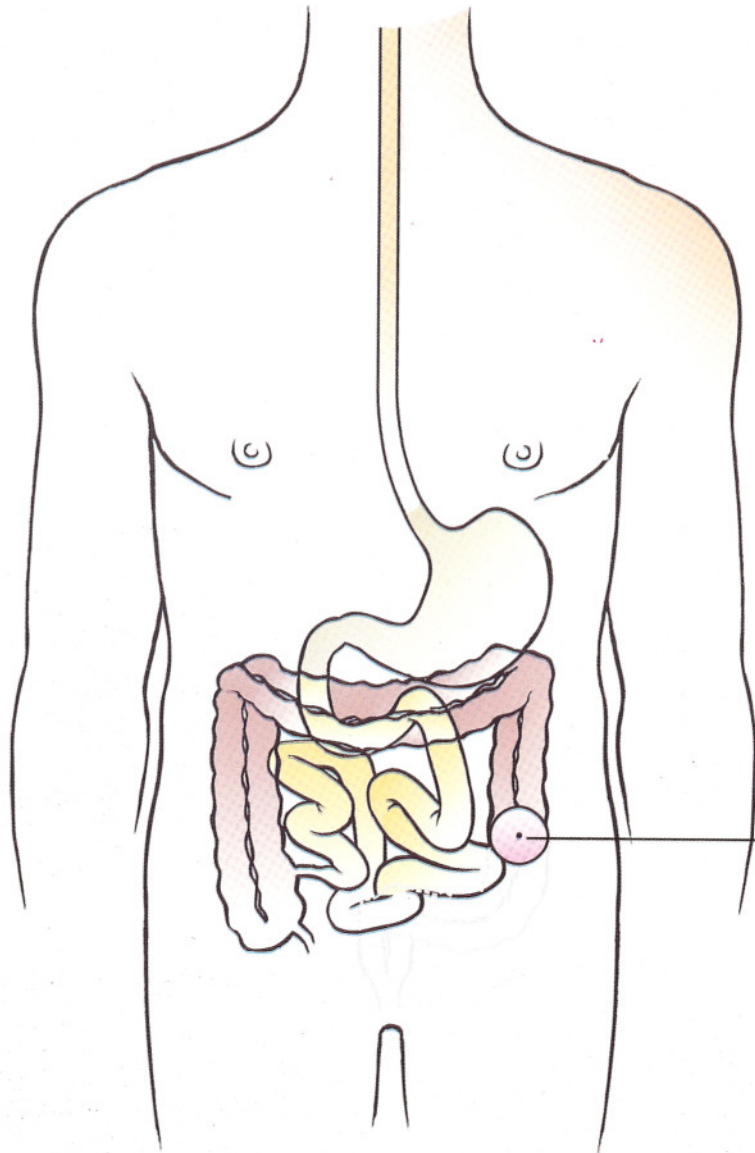


يوروستومي

العملية الجراحية الجهاز الهضمي

يتم اللجوء للعمل الجراحي عند الضرورة حيث يستأصل الجزء المصاب من الأمعاء الغليظة أو الدقيقة و غالباً يترافق ذلك باستئصال المستقيم و العضلة المعصرة. و يتم تحويل نهاية الجزء السليم من الأمعاء خلال جراحة بجدار البطن إلى خارجه، حيث يتم تثبيت نهاية الأمعاء و في حال الأمعاء الغليظة تدعى الفتحة **كولستومي** و للأمعاء الدقيقة **إليوستومي**. نتيجة للعملية الجراحية يتم خروج البراز بدون تحكم عن طريق الفتحة الجديدة لأنها أصبحت هي نهاية الجهاز الهضمي و ليست فتحة الشرج.





كولوستومي

مكان الفتحة

فتحة الكولون (الكولستومي)

في أغلب الحالات يتم تشكيل الفتحة في الجهة اليسرى من البطن أسفل الصرة قليلاً و هذا يعتمد على الاحتمالات المصاحبة للعمل الجراحي.

فتحة الأمعاء الدقيقة (اليوستومي)

غالباً ما يتم تشكيل الفتحة في الجهة اليمنى من البطن أسفل الصدر قليلاً.

فتحة البول (اليورستومي)

تقريباً تكون مطابقة للاليوستومي من حيث الشكل و المكان.

مظهر الفتحة

لونها بصفة عامة أحمر و هي تشبه الغشاء المخاطي في الفم وغنية بالشعيرات الدموية و ذات شكل دائري أو أهليلجي. - تتوزم بعد العمل الجراحي مباشرة و تتحول تدريجياً لتصبح أقل حمرة بعد فترة. لذا يجب أخذ هذا التغير بالاعتبار عند استعمال الأكياس.

- الكولستومي: يتراوح قطرها من ٢ إلى ٥ سم و طولها ١ - ٢ سم.
- الاليوستومي و اليورستومي: ذات قطر ٢ - ٤ سم و طولها كذلك.

ملامسة الفتحة

لا يحدث ألم عند ملامسة أنسجة الفتحة الظاهرة لأنها خالية من الأعصاب، ولكنها قد تنزف قليلاً عند التنظيف أو المسح و يجب عدم التخلي عن تنظيف الفتحة لهذا السبب لأنه أمر طبيعي و لا يشير أي قلق. و في حال استمرار النزيف لوقت طويل يجب مراجعة الطبيب. - يجب مراقبة الفتحة باستمرار و التأكد من أن لونها طبيعي وأنها لا تنزف.

الخروج والتبول

في الحالة العادية تتم السيطرة على التبول أو التبرز حتى الوصول إلى المكان المناسب. بينما في حالة الفتحات الصناعية يتم خروج البول أو البراز بدون تحكم لعدم وجود العضلة المعصرة، لذا تستعمل أكياس خاصة لتجميع البول أو البراز.

جمع البراز أو البول

للعناية بالفتحات الصناعية هناك كثير من المنتجات، و يجب أن يتم الاختيار من قبل شخص مؤهل لتحديد المنتج المناسب لكل حالة على حدة. الاختيار الصحيح للمنتج المناسب هو الطريق السليم للعودة للحياة الطبيعية و للابتعاد عن أية مشاكل منغصة.

تحذير: إذا تعرض الجلد للبول أو البراز و خاصة في حالة الاليوستومي فإن ذلك سيؤدي لتخريش الجلد و عندئذ يكون من الصعوبة بمكان الوصول إلى النتائج المرجوة باستعمال الأكياس.



المواد المتوفرة للعناية بالفتحات الصناعية

١. القطعة الواحدة: الكيس واللاصق قطعة واحدة.

- اللاصق صديق للجلد و يحميه من الفضلات و الأكياس تجمع الفضلات و تمنع خروج الرائحة، و هناك نوعان من الأكياس: أكياس مغلقة مثبت عليها فلتر ليسمح بخروج الغازات بدون رائحة. أكياس مفتوحة، و كلا النوعين من الأكياس متوفر منه عاتم و شفاف.

٢. القطعتان: اللاصق (القاعدة) و الكيس

- القاعدة مكونة من مادة صديقة للجلد تحميه من الفضلات، عليها حلقة يتم تثبيت الكيس عليها.
- الأكياس متوفرة بشكل مغلق و مفتوح حسب مواصفات أكياس القطعة الواحدة.

تثبيت اللاصق

- في كلا الحالتين (القطعة أو القطعتين)

يتم تنظيف الجلد حول الفتحة و إزالة البقايا بالماء الدافئ (يجب عدم استعمال الصابون أو المطهرات أو الكحول لأنها تؤذي الجلد و تقلل من قوة الالتصاق) ثم يتم تجفيف الجلد، و يجب أن يكون الجلد سليماً غير مخرش أو متحسس، ثم يتم تثبيت اللاصق الذي تم اختياره و قصه بعناية حسب الإرشادات.

- تستعمل العجينة الواقية لتغطية الجلد المعرض للفضلات، و كذلك في حالة تسلخ أو تخريش الجلد. و يتم تغيير اللاصق في حالة التسريب أو عندما تقل قوته الالتصاقية .

العوامل التي تتحكم ببقاء اللاصق على الجسم لفترة أطول

- ١- حالة الجلد (التسلخ ، التخریش ، النظافة والجفاف).
- ٢- التعرق في الجو الحار.
- ٣- التسريب، أسبابه متعددة و هي: الفتحة السطحية أو الغائرة و مكانها،
- ٤- عدم اختيار المنتج المناسب أو التطبيق الخطأ.
- ٥- نوعية الغذاء و المعالجة الدوائية و قوام الفضلات .



تبدال الكيس

الكولستومي

- يفضل استعمال الكيس المغلق (قطعة أو قطعتين)، حيث يتم تبديله عندما يمتلئ مرة أو مرتين يوميا.
- في حالة استعمال الكيس المفتوح يتم تبديله أو تفريغه بأن تفتح نهايته و يفرغ في التواليت و ينظف بدفق الماء داخله ثم يعلق.

الإليوستومي

- يجب استعمال الكيس المفتوح (قطعة أو قطعتين) لأن الفضلات سائلة و يتم تفريغه في حالة الامتلاء بأن يتم فتح نهايته و هو مرفوع لمنع خروج الفضلات ثم يتم توجيه النهاية نحو التواليت و تفريغه.
- قد تصل عدد مرات التفريغ إلى 10 مرات يوميا، و يجب تنظيفه بالطريقة المناسبة بعد التفريغ و يتم تبديله 2-3 مرات أسبوعيا.

اليورستومي

- الكيس الخاص لهذه الحالة مجهز بحنفية تسمح بتفريغه بسهولة كبيرة و هو مصمم بطريقة تمنع رجوع البول نحو الفتحة عند الاستلقاء، و يمكن توصيله ليلا بكيس بول ذي سعة كبيرة كي لا يتم تفريغه ليلا.

تبدال الكيس

الكولستومي

- يفضل استعمال الكيس المغلق (قطعة أو قطعتين)، حيث يتم تبديله عندما يمتلئ مرة أو مرتين يوميا.
- في حالة استعمال الكيس المفتوح يتم تبديله أو تفريغه بأن تفتح نهايته و يفرغ في التواليت و ينظف بدفق الماء داخله ثم يعلق.

الإليوستومي

- يجب استعمال الكيس المفتوح (قطعة أو قطعتين) لأن الفضلات سائلة و يتم تفريغه في حالة الامتلاء بأن يتم فتح نهايته و هو مرفوع لمنع خروج الفضلات ثم يتم توجيه النهاية نحو التواليت و تفريغه.
- قد تصل عدد مرات التفريغ إلى 10 مرات يوميا، و يجب تنظيفه بالطريقة المناسبة بعد التفريغ و يتم تبديله 2-3 مرات أسبوعيا.

اليورستومي

- الكيس الخاص لهذه الحالة مجهز بحنفية تسمح بتفريغه بسهولة كبيرة و هو مصمم بطريقة تمنع رجوع البول نحو الفتحة عند الاستلقاء، و يمكن توصيله ليلا بكيس بول ذي سعة كبيرة كي لا يتم تفريغه ليلا.

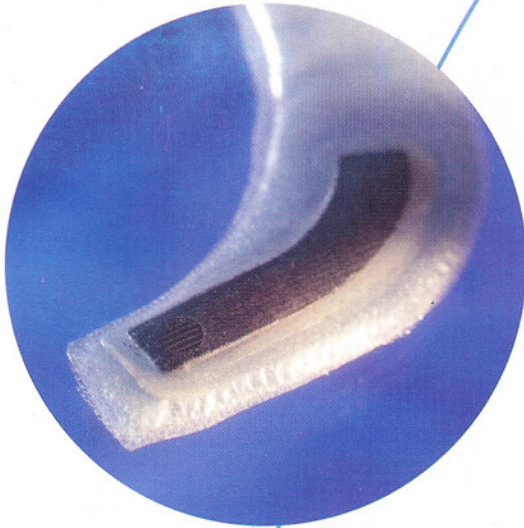
الغازات والرائحة

رائحة البراز هي الهاجس الأكبر لحامل الأوستومي، و لكن الاختيار الصحيح للمنتج المناسب يجعل هذه المشكلة لا وجود لها نسبياً لأن غالبية الأكياس المتوفرة مصنوعة من مواد غير نفوذة للرائحة بل تحتفظ بها داخل الكيس، غالباً ما يكون سبب ظهور الرائحة هو عدم تثبيت الكيس أو القاعدة بالطريقة الصحيحة أو بسبب التسريب، ذلك يستوجب التبديل.

- في حالة الكولستومي يفضل استعمال الكيس المغلق مع الفلتر بحيث يسمح للغازات بالخروج بدون رائحة، نادراً ما يتسبب ذلك في انتفاخ للكيس.
- في حالة الكيس المفتوح يجب تفريغ الغازات في الحمام بفتح الكيس والسماح للغازات فقط بالخروج.

- هناك بعض المواد المساعدة على إخفاء الرائحة

اليورستومي: تحتفظ أكياس اليورستومي بالرائحة داخل الكيس و تظهر الرائحة في حالة التسريب أو الاستعمال الخطأ مما يستوجب التبديل.



هل يستطيع حامل الأوستومي العودة لممارسة حياته بشكل عادي؟

إن الفتحة لا تعيق أي نشاط للمريض، و لكن الأثر النفسي و تغير طريقة الخروج قد يشكلان عبئاً على المريض.

وللتعود على الوضع الجديد تؤخذ النقاط التالية بالإعتبار :

١- إن التفكير التجريدي بالبراز أو البول قد لا يكون مستأنساً.
٢- ممارسة العمل الروتيني اليومي (تبديل الأكياس) سيتم التعود عليه مع مرور الوقت .

٣- الواقعية.

٤- استيعاب الحاضر والتفاؤل بالمستقبل.

٥- القبول بقضاء الله و قدره.

٦- الدعم العاطفي و النفسي من العائلة و الأصدقاء.

٧. إن أي فرد يحمل فتحة صناعية يساعد الآخرين أمثاله للعودة إلى ممارسة الحياة بشكل عادي.

ملاحظة :

لا أحد حولك يعلم أنك ترتدي كيساً ما لم تخبره أنت ، لا داعي لإخبار الجميع بذلك ، فقط الذين يعيشون معك يمكن أن يعلموا إذا أردت. فقط حامل الفتحة هو الذي يحدد مع من يجب أن يتحدث عنها علماً بأن كثيرين استفادوا من التحدث مع الآخرين.
لا مانع أن تتحدث مع الأطفال عنها لأنهم سيتقبلونها طالما أنت تبدي تقبلها

الملابس

يمكن ارتداء نفس الملابس المستعملة قبل العمل الجراحي و يفضل عدم استخدام الملابس الضيقة . (وللمناسبات الخاصة يوجد مواد مناسبة لأي ملابس) .

الاستحمام

يتم الاستحمام بشكل عادي بوجود أو عدم وجود الكيس، فقط يجب اختيار الأنواع العادية من الصابون الخالية من الكريم.

الغذاء

في حالة اليورستومي لا ضرورة لتغيير العادات الغذائية السابقة، أما في حالة الكولستومي و الإليوستومي لا ضرورة لأي تغيير جذري في العادات الغذائية المتبعة فقط يجب ملاحظة:

- الأطعمة و المشروبات التي تجعل البراز أكثر سيولة أو التي تزيد حجم الكتلة البرازية .

تدرجياً سيتم اكتشاف الأغذية و المشروبات المناسبة و غير المناسبة .

- بعض المرضى تزداد عندهم الغازات في حال تناول البيض، الملفوف، البصل، البازلاء، الهليون ، الشوكولا، أو عندما يشربون المياه الغازية أو البيرة، المواد الغذائية التي تحتوي على ألياف و خاصة الخضار التي تزيد من حجم الكتلة البرازية .

قواعد هامة يجب ملاحظتها

- 1- يجب مضغ الطعام و بشكل جيد أكثر من الشخص العادي .
- 2- يجب المحافظة على مواعيد الوجبات .
- 3- يجب تنويع أصناف الغذاء .



ممارسة الرياضة

وجود الفتحة الصناعية لا يمنع و لا يعيق ممارسة التمارين الرياضية و السباحة، يمنع رفع الأثقال.
فقط ممارسة الرياضة تتعلق بالشخص نفسه و حالته الصحية العامة.

العلاقات الجنسية

- يعتقد بعض المرضى واهماً أن الفتحة الصناعية تشكل حاجزاً لممارسة العلاقات الجنسية الطبيعية، و يجب أن يدركوا أن هذا الحاجز وهمي و لا أساس له من الصحة.
- يجب التحلي بالواقعية و للوهلة الأولى قد يتوهم المريض صعوبة ممارسة العلاقات الجنسية بوجود الفتحة و لكن حالما يتم تبادل المشاعر و الأحاسيس يستطيع كلا الطرفين تجاوز العوائق الوهمية والاستمتاع كما في السابق.
- ربما تكون أنت من يشعر بالإحراج أو الممانعة بينما الطرف الآخر لا وجود لأية حواجز لديه، ربما يظهر تحرزاً لحماية لمشاعرك....
يفضل قبل الممارسة تبديل الكيس بكيس أصغر، علماً بأنه يوجد مواد لهذا توقيت و يفضل ارتداء الملابس المناسبة.

السفر

حامل الفتحة الصناعية يستطيع السفر و الترحال و لا يوجد أي موانع مطلقاً، علماً أن المواد المطلوبة متواجدة في معظم البلدان و لكن يجب أخذ الحذر دائماً و الاحتفاظ بكمية من المواد تكفي لمدة السفر.
-الصيف... الطقس الحار يسبب التعرق الذي يزيد من تواتر تبديل الأكياس.



الصلاة عن المسلمين

أصدرت هيئة الفتوى في جامعة الأزهر فتوى لحامل فتحة الأوستومي تتضمن مايلي :

يستطيع حامل فتحة الأوستومي ممارسة الصلاة و هو مرتديا الكيس حتى لو كان مملوءا بالبراز على اعتبار أن الكيس يصبح جزءاً من جسم حامله ، شرط أن يتأكد من عدم وجود تسريب أو تلوث .
- يجب الوضوء قبل كل فريضة صلاة .

وللإطلاع على نص الفتوى يمكن مراجعة المواقع التالي :

[WWW . ostomy-winnipeg.ca/woa0101d.html](http://WWW.ostomy-winnipeg.ca/woa0101d.html)

نعم يستطيع ... ممارسة الحياة اليومية والعودة للعمل

مباشرة بعد العمل الجراحي يميل كثيرون إلى الاعتقاد بأنه من الصعوبة بمكان العودة لممارسة الحياة اليومية بوجود كيس على البطن و لكن بالتحلي بالواقعية و خطوة خطوة سيدرك المريض قدرته على العودة لممارسة حياته و بشكل اعتيادي نتيجة لتوفر مواد ذات تقنية عالية، يؤخذ في الاعتبار عند تصنيعها أدق النواحي التي تلبى احتياج المريض و تحافظ على سرية الحالة بالكامل وخاصة إنها لا تحدث أي صوت و تمنع خروج الرائحة وعليه من المستحيل أن يلاحظ الآخرون أن هناك فتحة أو كيس على البطن.

العودة للعمل تعتمد على الصحة العامة للمريض ويفضل استشارة الطبيب حول ذلك. ينصح بعدم ممارسة عمل فيه حمل أوزان ثقيلة قبل أن يتم الشفاء التام لعضلات البطن وهذا يستغرق عدة شهور.

نصائح وإرشادات

بعد العمل الجراحي

في المستشفى ستتم العناية بالمريض من قبل الفريق الطبي الذي يجب أن يقوم بتعليم المريض و أهله كيفية اختيار و تجهيز و تغيير و تفريغ الكيس. في البداية قد يكون هناك صعوبة ومع مرور الوقت سيتم تعلم كل شيء.

ملاحظة:

بعد مرور عدة اشهر ستتكمش الفتحة لذا يجب اختيار القياس المناسب .

الإسهال

يمكن أن يكون سبب الإسهال اضطرابات أو التهابات معدية أو معوية نتيجة لبعض أنواع الطعام أو الأدوية المستعملة لذا يجب تجنب التوابل و الفاكهة والخضار وفي حال استمرار الإسهال يجب مراجعة الطبيب.

الإمساك

قد يسبب إزعاجاً أو الماء. أسبابه متعددة أهمها نوعية الطعام مثل البرتقال المكسرات، الهليون، الفطر، الأناناس الخ... لذا يجب الابتعاد عنها، كما ويجب الإكثار من تناول الخضار والفواكه الطازجة والقيام ببعض التمارين الرياضية وفي حال استمرار الإمساك يجب مراجعة الطبيب.

التوجيه والتدريب والمساعدة

يختلف من بلد لآخر و لكن بصفة عامة يجب أن يتوفر من لديه الخبرة الكاملة حول التعامل مع الفتحات الصناعية لتقديم النصائح و الإرشادات و التدريب اللازم و المساعدة في اختيار المنتج المناسب .
تستطيع أن تسأل طبيبك عن كيفية الاتصال بهذا الخبير .

قد تظهر مع مرور الزمن مشاكل مختلفة، فهنا يتوجب مراجعة الطبيب
ومن هذه المشاكل:

١- قد تنكمش الفتحة إلى داخل البطن ينتج عنها إزعاجات كثيرة و خاصة ثبات المواد المستعملة .

٢- قد تتدلى الفتحة من الداخل إلى الخارج .

٣- قد تكون عضلات البطن ضعيفة ينتج عنها فتق حول الفتحة .

٤- لا خوف من النزيف عند تنظيف الفتحة ولكن استمراره يستدعي استشارة طبية .

٥- حالة الجلد حول الفتحة ذات أهمية قصوى للتعامل الأمثل مع المواد المستعملة .

ملاحظة:

في حال حدوث بعض ما ذكر سابقاً مع ندرته قد يكون هناك احتياج لاستعمال مواد خاصة أو استشارة فنية أو طبية .

المواد المساعدة

هناك الكثير من المواد المساعدة التي توفر راحة أكثر ، أو للتغلب على بعض المشاكل المصاحبة للفتحات الصناعية .

ملاحظة هامة جداً:

إنّ اختيار الشكل و القياس و المواد المساعدة الضرورية يجب أن يتم عن طريق فني ذو خبرة في هذا المجال، غالباً يكون الوصول إليه عن طريق الطبيب أو محاولة الاتصال بالأرقام المرفقة .



المنتجات المتوفرة

- أكياس قطعة واحدة ذات لاصق عادي للكولستومي أو لاصق قوي للاليوستومي و اليوروستومي.
- أكياس قطعتين (كيس + قاعدة) متوفر الكثير من الأشكال والقياسات المختلفة، عادية و متطورة و حديثة جداً.
 - عجينة خاصة لحماية الجلد و علاجه.
 - مواد لإزالة الرائحة.
 - مواد للاستعمال في الظروف الخاصة.. السباحة.. اللحظات الحميمة.
 - حزام للتثبيت.
 - الكثير من المواد للمساعدة في التغلب على أية مشاكل و العودة لممارسة الحياة الطبيعية.

