Caring for Stoma

Your guide to
a better life
with an ostomy

The Coloplast story began back in 1954. Our company reflects the passion, ambition and commitment of the people who made it happen. Elise Sørensen, a nurse, invented the first disposable, self-adhesive ostomy pouch, because she was determined to help her sister out of isolation. Aage Louis-Hansen added his engineering ability and entrepreneurial drive, and through strong commitment and resilience he founded Coloplast.

Still today, people with intimate healthcare needs often live in isolation.

We are fighting to change that.

Ostomy Care / Continence Care / Wound & Skin Care / Urology Care

Coloplast India Pvt. Ltd. | IGL Complex, 4th Floor (Right Wing), Tower 3, Plot No. – 2B,, Sector 126, Noida, Uttar Pradesh 201304
www.coloplast.com
The Coloplast logo is a registered trademark of Coloplast A/S. © [2018-10.] All rights reserved Coloplast A/S

ఓస్టొమి రోగి అవగాహన చేతి పుస్తకం

విషయసూచిక

జీర్ణ వ్యవస్థ

మూత్రకోశ వ్యవస్థ

స్టోమా: ఆకారం, సైజ్ మరియు ఆకృతి

స్టోమా రకం

ఓస్టొమి టెక్నిక్కులు

స్టోమా సమస్యలు: పెరిస్టోమల్ చర్మం

ఓస్టొమి ఉపకరణాల ఎంపిక

స్టోమా కొలత

కోయడం

పరిశుభ్రమైన మరియు ఆరోగ్యవంతమైన చర్మం

చర్మం తయారీ

ఎ) కోలోప్లాస్ట్ బారియర్ క్రీం

బీ) కోలోప్లాస్ట్ ఓస్టొమి పౌడర్

చర్మం మూయడం మరియు నింపడం

బేస్ ప్లేట్‌కి ఉపయోగించడం

బ్యాగ్‌కి ఉపయోగించడం

బ్యాగ్‌ని లాక్ చేయడం

ఓస్టొమి బ్యాగ్‌లో దుర్వాసన నిర్వహణ

బ్యాగ్ మూసివేయడం

బ్రావియా ఎలాస్టిక్ టేప్ ఉపయోగించడం

బ్రావా బెల్ట్ ఉపయోగించడం

బ్యాగ్‌ని ఖాళీ చేయడం

బేస్ ప్లేట్/పౌచ్ ఖాళీ చేయడం

సాధారణ సూచనలు

ఓస్టొమి ఉపకరణాన్ని పడవేయడానికి మార్గదర్శకాలు

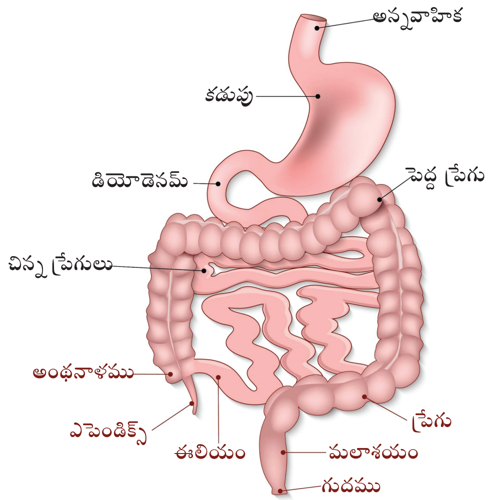
కోలోప్లాస్ట్ గురించి సంరక్షణ

స్టోమాకి సంబంధించిన నిఘంటువు

జీర్ణ వ్యవస్థ

మనుష్యుల జీర్ణ వ్యవస్థ ఆహారాన్ని ప్రక్రియ చేసి మరియు జీర్ణమయ్యేలా చేసే అవయవాల కలయిక. ఆహారం పాక్షికంగా ముక్కలై, నమలబడి, మింగబడే నోటి నుండి జీర్ణ ప్రక్రియ ప్రారంభమవుతుంది. తరువాత ఆహారం అన్నవాహిక ద్వారా కడుపులోకి ప్రవేశిస్తుంది. కడుపులో ఆహారం అన్న రసాలు/యాసిడ్స్‌ని ఉపయోగించి పాక్షికంగా జీర్ణమవుతాయి. తదుపరి కడుపు నుండి గుదము వరకు పొడుగ్గా, నిరంతరంగా కొనసాగిన గొట్టం ఆకారంలో పేగులు ఉంటాయి. ఎసిడిక్ ఆహారం చిన్న ప్రేగుల్లోకి ప్రవేశిస్తుంది. దీనిలో డియోడెనమ్ జీజునమ్ మరియు ఈలియం (డియోడినమ్ ⟶ జీజునమ్ ⟶ ఈలియం) అని మూడు భాగాలు ఉంటాయి. అంధనాళము, ప్రేగు, (ఆరోహణ ప్రేగు, విలోమ ప్రేగు, అవరోహణ ప్రేగు) మరియు మలాశయం (అంధనాళము ⟶ ప్రేగు ⟶ మలాశయం) ఉండే పెద్ద ప్రేగులు ఉంటాయి. జీర్ణమైన ఆహారం గుదము ద్వారా శరీరం బయటకు విసర్జించబడుతుంది.

చిత్రం 1. మనుష్యుల ఆహార నాళము



పని:

i) మింగడం: ఘన మరియు /ద్రవాహారం నోటి కుహ్యంలోకి పరిచయం చేయడం.

ii) జీర్ణం చేయడం: పెద్ద ఆహారం కణాల్ని చిన్నవిగా ముక్కలు చేయడం. ఇది రెండు స్టెప్స్‌లో జరుగుతుంది.

- యాంత్రికంగా జీర్ణమవడం: నమలడం మరియు ఆహారం మిశ్రమం కావడం.
- రసాయనపరంగా జీర్ణమవడం: జీర్ణ వ్యవస్థకు చెందిన వివిధ ఎంజైమ్స్ మరియు ఆహార రసాల్ని ఉపయోగించి ఆహారం జీర్ణమవడం.

iii) పీల్చుకోవడం: కడుపులోని ప్రేగు నుండి పోషకాలు/అణువులు రక్తంలోకి వెళ్లడం తదుపరి అవయవం లేదా కణజాలంలోకి పంపిణీ కావడం. మనం త్రాగిన మరియు తిన్న వాటిల్లో చాలా వరకు పోషకాలు చిన్న ప్రేగుల్లో పీల్చుకోబడతాయి. పెద్ద ప్రేగు వ్యర్థాల నుండి నీటిని పీల్చుకుంటుంది మరియు మలాన్ని తయారు చేస్తుంది.

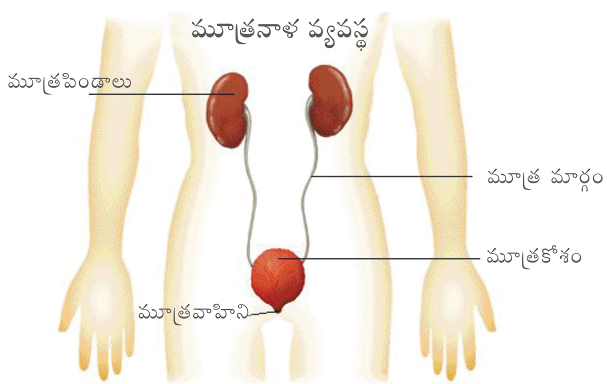
iv) నిర్మూలించడం: మలాశయం, నరాల్లోకి మలం ప్రవేశిస్తుంది. అక్కడ మల విసర్జన చేసే కోరికని కలిగిస్తుంది.

శరీరం నుండి బయటకు వ్యర్థ పదార్థాలు (మలం) తొలిగించబడే ప్రక్రియ ఇది.

మూత్రనాళం వ్యవస్థ

దైహిక ప్రసరణ నుండి అధిక ద్రవాలు మరియు ఇతర అంశాల్ని వడకట్టే అవయవాల గ్రూప్ దీనిలో ఉంది. దీనిలో మూత్ర పిండాలు, మూత్ర మార్గం, మూత్ర వాహిని ఉంటాయి. మూత్రం ఏర్పడటంలో మొదటి స్టెప్ మూత్ర పిండాల్లో రక్తాన్ని వడకట్టడం. తదుపరి ముఖ్యమైన పోషకాలు మరియు అయాన్ల స్రావం మరియు డ్రగ్స్‌ని తిరిగి పీల్చుకోవడం జరుగుతుంది. ఈ పదార్థాలు సేకరించబడతాయి మరియు మూత్రం రూపంలో మూత్ర మార్గం ద్వారా మూత్రనాళం నుండి తొలగించబడతాయి.

చిత్రం 2. మనుష్యుల మూత్రనాళ వ్యవస్థ



పని:

శరీరంలో నీటిని క్రమబద్ధీకరించడం ద్వారా ద్రవాల పరిమాణాన్ని నిర్వహిస్తుంది మరియు మూత్రం రూపంలో అధిక ద్రవాల్ని తొలగిస్తుంది. శరీరంలో ఎలక్ట్రోలైట్స్ సాంద్రతని నియంత్రిస్తుంది.

వ్యర్థాల విసర్జన మరియు పీల్చుకోబడిన ఆహార పోషకాలు జీర్ణమవడానికి ఉమ్మడిగా, జీర్ణ వ్యవస్థ మరియు మూత్రనాళ వ్యవస్థలు బాధ్యతవహిస్తాయి. అయితే, ఈ వ్యవస్థల్లో ఏదైనా లోపం ఏర్పడితే ఇది శరీరం సాధారణంగా పని చేయడంపై ప్రభావం చూపిస్తుంది. గాయం, ఇన్ఫెక్షన్, కంతి లేదా వాపు వంటి తీవ్రమైన పరిస్థితులు మూత్రనాళం లేదా జీర్ణ వ్యవస్థలకి అవరోధం కలిగిస్తాయి. ఇలాంటి కేసుల్లో, శరీరం నుండి వ్యర్థాల్ని (మలం మరియు మూత్రం) తొలగించడానికి డాక్టర్ ప్రత్యామ్నాయ మార్గాన్ని ఏర్పాటు చేస్తారు. జీర్ణ లేదా మూత్రనాళం బయటకి తెరుచుకోవడాన్ని స్టోమ అని పిలుస్తారు. కాబట్టి, స్టోమ అనగా మీ కడుపు గోడలో ఆపరేషన్ ద్వారా తయారు చేసిన ద్వారం శరీరం నుండి మల పదార్థం /మూత్రాన్ని తొలగించడానికి ప్రత్యామ్నాయ మార్గాన్ని కేటాయిస్తుంది. ఈ ప్రక్రియని ఓస్టోమి అంటారు. వ్యాధి విస్తృతి లేదా రోగి జీవిత నాణ్యతని బట్టి ఓస్టోమి తాత్కాలికం కావచ్చు లేదా శాశ్వతం కావచ్చు.

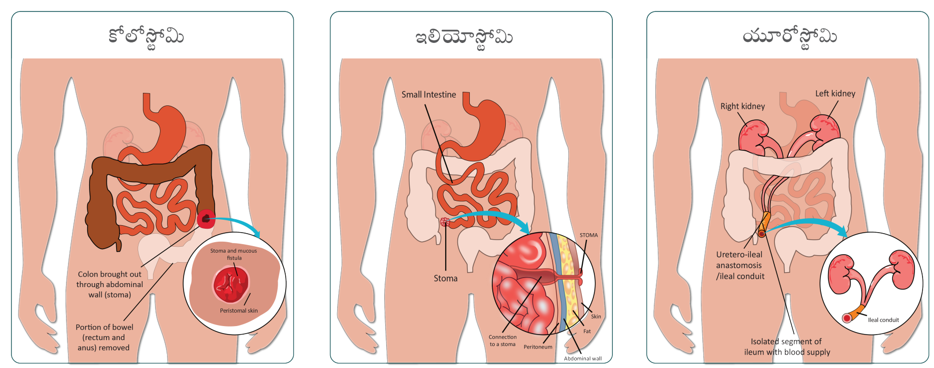
i) తాత్కాలిక స్టోమ: ఇన్ఫెక్షన్ వల్ల లేదా రోగికి పూర్తిగా మల విసర్జన నుండి విశ్రాంతి అవసరమైనప్పుడు పేగుల నాళం మూసుకుపోయినప్పుడు అటువంటి స్టోమలు ఏర్పాటు చేయబడతాయి. సాధారణ పేగుల పనితీరుపై ఎలాంటి ప్రభావం లేకుండానే దీన్ని మార్చవచ్చు. ఉదా. ఇలియోస్టోమి.

ii) శాశ్వత స్టోమ: తీవ్రమైన దిగువ మలాశయం కాన్సర్ లేదా క్రోన్స్ వ్యాధి ఉన్నప్పుడు ప్రేగులు సాధారణంగా పని చేయడాన్ని ఇన్ఫెక్షన్ లేదా వ్యాధి ఆపుచేసినప్పుడు అటువంటి స్టోమలు ఏర్పడతాయి. ఉదా. కోలోస్టోమి, యూరోస్టోమి.

స్టోమ ఆపరేషన్స్ /ఓస్టోమి:

ప్రాథమికంగా, జీర్ణ లేదా విసర్జన వ్యవస్థ ప్రమేయంపై ఆధారపడి మూడు రకాల ఓస్టోమిలు ఉన్నాయి.

చిత్రం 3. ఓస్టోమి రకాలు



i) **ఇలియోస్టోమి** - ఒక సంచీలోకి లేదా ఉపకరణంలోకి (మలం) కారడానికి కుడి ఇలియాక్ ఫోస్సాలో కడుపు ఉపరితలానికి చిన్న ప్రేగు తీసుకురాబడుతుంది.

ii) **కోలోస్టోమి:** ఒక సంచీలోకి లేదా ఉపకరణంలోకి మలం సేకరించబడటానికి కడుపు ఉపరితలంలోకి ప్రేగు/పెద్ద ప్రేగు తీసుకురాబడుతుంది. ప్రభావానికి గురైన పేగు ప్రాంతం (ఆరోహణ కోలోస్టోమి, విలోమ కోలోస్టోమి, అవరోహణ కోలోస్టోమి, సిగ్మాయిడ్ కోలోస్టోమి) పై ఆధారపడి స్టోమ ఉండే ప్రదేశం మారుతుంది.

iii) **యూరోస్టోమి:** ఒక సంచీలోకి లేదా ఉపకరణంలోకి మూత్రం కారేలా అనుమతించడానికి మూత్ర వాహిని మరియు కడుపు గోడల మధ్య ఒక గొట్టాన్ని రూపొందించడానికి చిన్న ప్రేగుల విభాగం ఉపయోగించబడుతుంది.

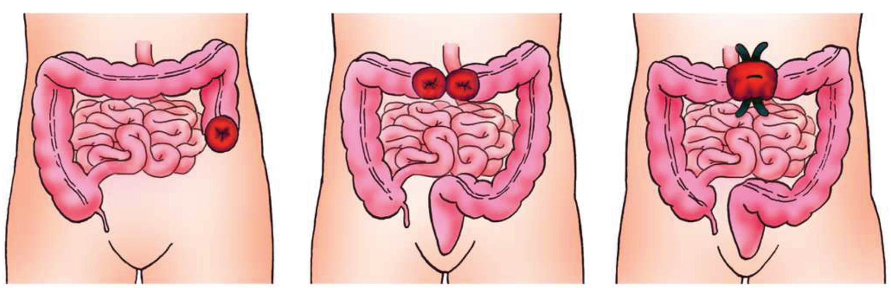
స్టోమ ఆకారం, సైజ్ మరియు ఆకృతి.

స్టోమ గుండ్రంగా లేదా కోల ఆకారంలో ఉంటుంది. నోటి లోపలి భాగం వంటి ఆకృతి మాదిరిగా ఎరుపు రంగులో తడిగా ఉంటుంది. ఆపరేషన్ తరువాత మొదటి కొన్ని వారాలు స్టోమ వాచిన నిర్మాణంలో ఉంటుంది. కణజాలం సమయం గడిచిన కొద్దీ నయమవడం ఆరంభమవుతుంది కాబట్టి ఇది శాశ్వతమైన సైజ్‌కి ముడుచుకుపోతాయి. శాశ్వతమైన స్టోమకి చర్మం స్థాయికి పై భాగంలో పొడుచుకు వచ్చి ఉంటుంది మరియు దాని సైజ్ రోగికి మరియు రోగికి మధ్య మారుతుంది. ఆంత్ర చలనం, బరువు పెరగడం/కోల్పోవడం, బలంగా ఉన్న/ఉపసంహరించుకున్న స్టోమ, జారిన స్టోమ, హెర్నియా, గర్భం ధరించడం వంటి మొదలైన పరిస్థితులతో సహా స్టోమ ఆకారం మరియు సైజ్ పై ప్రభావం చూపిస్తాయి.

ఆపరేషన్ ద్వారా ఏర్పాటు చేయబడిన వివిధ రకాల స్టోమ

సైజ్, ఆకారం, ప్రదేశం, మరియు నిర్మాణం/సర్జికల్ టెక్నిక్కులపై ఆధారపడి 3 రకాల స్టోమలు ఉన్నాయి:

చిత్రం 4. ఆపరేషన్ ద్వారా ఏర్పాటు చేయబడిన స్టోమ రకాలు



ఎండ్ స్టోమ | డబల్ -బారెల్ స్టోమ | లూప్ స్టోమ

i) **ఎండ్ స్టోమ:** ఆంత్రము పై కోత చేసి మరియు చర్మం ఉపరితలానికి కడుపు ద్వారా సమీప ఆంత్రం చివరి భాగాన్ని జత చేయడం ద్వారా అటువంటి స్టోమలు తయారు చేయబడతాయి. ఎండ్ స్టోమ అనేది సాధారణంగా శాశ్వతమైన స్టోమ మరియు కేవలం ఒక కుహ్యాం మాత్రమే ఉంటుంది.

ii) **డబల్ బారెల్ స్టోమ:** ఆంత్రము కోయడం ద్వారా మరియు రెండు వేర్వేరు స్టోమలు తయారు కావడానికి దారితీసే చర్మపు ఉపరితలానికి ఉదర కుడ్యం యొక్క సమీప మరియు దూరపు భాగాలు రెండిటిని బహిర్గతం చేయడం ద్వారా అటువంటి స్టోమలు తయారు చేయబడతాయి. అటువంటి స్టోమలు తరచుగా చేయబడవు, అయితే వ్యాధి తీవ్రంగా ఉన్న పరిస్థితుల్లో ఉపశమనం కలిగించే ఆపరేషన్‌గా ఇది చేయబడుతుంది.

iii) **లూప్ స్టోమ:** ఆంత్రం కి దగ్గర ఉండే వంపు లోపలి గోడకి కోత పెట్టి మరియు కడుపులోకి కలిపి కుట్టి అటువంటి స్టోమల్ని తయారు చేస్తారు. లూప్ స్టోమ సాధారణంగా తాత్కాలిక స్టోమ మరియు రెండు కుహ్యాలు ఉంటాయి. సమీపంలో ఉన్న కుహ్యం పేగుల నుండి వ్యర్థాల్ని పడవేస్తుంది మరియు దూరంగా ఉన్న కుడ్యం గుదమునకు దారితీసే ఆంత్రం భాగం నుండి చీముని కారేలా చేస్తుంది. కడుపు కుడ్యానికి పేగుల కణజాలం అనుసరించేంత వరకు బయటి పరికరమైన ప్లాస్టిక్ బ్రిడ్జ్ లేదా కడ్డీ ద్వారా వంపు తాత్కాలికంగా మద్దతు చేయబడుతుంది.

స్టోమ ఆకారం, సైజ్ మరియు ఆకృతి.

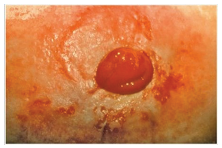
పౌచింగ్ సిస్టంని ఉంచిన ప్రాంతాన్ని పెరిస్టోమల్ స్కిన్ అంటారు. 70 శాతంకి పైగా రోగులు స్టోమ (పెరిస్టోమల్ స్కిన్) చుట్టూ ఉండే చర్మంలో సమస్యల్ని అనుభవిస్తారు. కాబట్టి, స్టోమ చుట్టూ ఉండే చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడం మరియు ఏదైనా చికాకు లేదా ఇన్ఫెక్షన్‌రహితంగా ఉంచడం ప్రధానం.

చర్మం సమస్యలకు దారితీసే అంశాలు/పరిస్థితులు :

- లోపభూయిష్టమైన లేదా సక్రమంగా లేని అనుకూలమైన పౌచింగ్ సిస్టం.
- తప్పుగా తొలగించే లేదా ఉపయోగించే పౌచింగ్ సిస్టం.
- ఎక్కువ సమయం పౌచింగ్ సిస్టంని ధరించి ఉండటం.
- చర్మ సంరక్షణ యాక్ససరీస్ ఉపయోగించకపోవడం.

రసాయన గాయం (ఉదా. ఇరిటెంట్ డెర్మటైటిస్), యాంత్రిక నాశనం/ట్రామా ఉదా (ఒలిచి వేయబడటం, చినిగి పోవడం లేదా ఒత్తిడి వల్ల కలిగినది), ఇన్ఫెక్షస్ పరిస్థితులు (ఉదా బ్యాక్టీరియల్ లేదా ఫంగల్ ఇన్ఫెక్షన్) వంటి గాయం లేదా ఇన్ఫెక్షన్, ఇమ్యునొలాజికల్ ప్రతిచర్యలు (ఉదా అలెర్జీ కాంటాక్ట్ డెర్మటైటిస్), వ్యాధికి సంబంధించిన పరిస్థితులు (ఉదా. పయోడెర్మా గంగ్రినోసమ్ లేదా సోరియాసిస్) కారణంగా పెరిస్టోమల్ చర్మపు సమస్యలు వర్గీకరించబడ్డాయి.

స్టోమ ఆకారం, సైజ్ మరియు ఆకృతి.

క్రమ సంఖ్య	సమస్యలు	చిహ్నాలు	కారణాలు	నివారణ
1	చర్మంపై చికాకు / ఫీకల్ డెర్మటైటిస్ 	నీరు పట్టడం, క్షయం, నానబెట్టుట మరియు నొప్పితో కూడిన చర్మం	పౌచింగ్ సిస్టం కారడం, మలం, మూత్రం లేదా చీముకి చర్మం తగలడం	పరిశుభ్రమైన మరియు పొడిగా ఉండే పెరిస్టోమల్ చర్మం, ఏదైనా కారడాన్ని నివారించడానికి పౌచింగ్ సిస్టంని సవరించాలి, ఓస్టొమమి స్కిన్ బారియర్ క్రీం మరియు పేస్ట్
2	చర్మంపై చికాకు 	తీసివేయబడిన చర్మం, గాయాలు, చర్మపు పుండ్లు	పొడిబారిన లేదా నాజూకు చర్మం, ఉపకరణాల్ని సక్రమంగా ఉపయోగించక పోవడం	చర్మపు బారియర్లు, సక్రమమైన పౌచింగ్ టెక్నిక్ ఉపయోగించడం
3	పెరిస్టోమల్ పయోడెర్మ గంగ్రినోసమ్ 	నొప్పితో కూడిన పెరిస్టోమల్ పుండ్లు	తెలియదు	పై పూతగా ఉపయోగించే స్టిరాయిడ్స్ ఉపయోగించాలి. ఫలితం లేకపోతే సిస్ట ౦క్ స్టిరాయిడ్స్ ఉపయోగించాలి
4	చర్మ శోధము 	చర్మపు క్షయం, రక్తస్రావం, చర్మం ఎర్రబడటం	రోగ నిరోధక ప్రతిచర్యలు	అలెర్జెన్‌ను కనుగొనడానికి ప్యాచ్ పరీక్ష ఉపయోగించండి
5	ఇన్ఫెక్షన్ (ఫంగల్/ బ్యాక్టీరియల) 	దురద, మంట, వాచిన, ఎర్రని చర్మం	ఉపకరణం చుట్టూ తడి ప్రాంతం, సిస్టమిక్ యాంటీబయోటిక్ థెరపి, ఇమ్యునోసప్రెసివ్ మందులు	యాంటీ ఫంగల్ పౌడర్స్, యాంటీబయోటిక్ థెరపీ
6	ఫోలిక్యులైటిస్ 	జుట్టు తిత్తి ముందరి భాగం వద్ద ఎరుపు, పొడుచుకొని వచ్చిన, స్ఫోటములు	జుట్టు తిత్తిల వాపు, ట్రామాటిక్ హెయిర్ రిమూవల్	యాంటీబయోటిక్స్, సక్రమమైన హెయిర్ రిమూవల్ , నాన్-అక్లూజివ్ అడ్‌హెసివ్స్ ఉపయోగించాలి
7	ఒత్తిడితో కూడిన పుండ్లు 	అత్యధిక ఒత్తిడి వల్ల నొప్పితో కూడిన పుండ్లు	ఓస్టొమి బెల్ట్ వంటి పరికరాలుచే కలిగిన అధిక ఒత్తిడి	కారణాన్ని గుర్తించాలి మరియు దానిని తొలగించాలి

ఓస్టొమి పరికరం ఎంపిక చేయడం

సాధారణంగా, కోలోస్టొమి పరికరాలు స్పష్టమైన లేదా అపారదర్శకమైన పౌచ్/సంచీని జోడింపుతో ఒక పీస్-సిస్టంగా లేదా టూ-పీస్ సిస్టంగా లభిస్తాయి. ఒక పీస్ ఉపకరణాల్లో పౌచ్ ఇన్-బిల్ట్ అడ్‌హెసివ్ విభాగంగా లభిస్తుంది కాగా టూ పీస్ సిస్టం వేరు పౌచ్‌గా మరియు గుర్తించటానికి వీలైన అడ్‌హెసివ్ బేస్ ప్లేట్‌ని కలిగి ఉంటుంది.

వన్-పీస్ ఓస్టొమి ఉపకరణాలు

టూ-పీస్ ఓస్టొమి ఉపకరణాలు

వన్ పీస్ కోలోప్లాస్ట్ ఓస్టొమి బ్యాగ్, చిల్డ్రన్ బ్యాగ్ లేదా టూ-పీస్ ఓస్టొమి ఉపకరణాన్ని ఎంచుకోండి మరియు ఉపయోగించండి.

స్టోమ కొలత

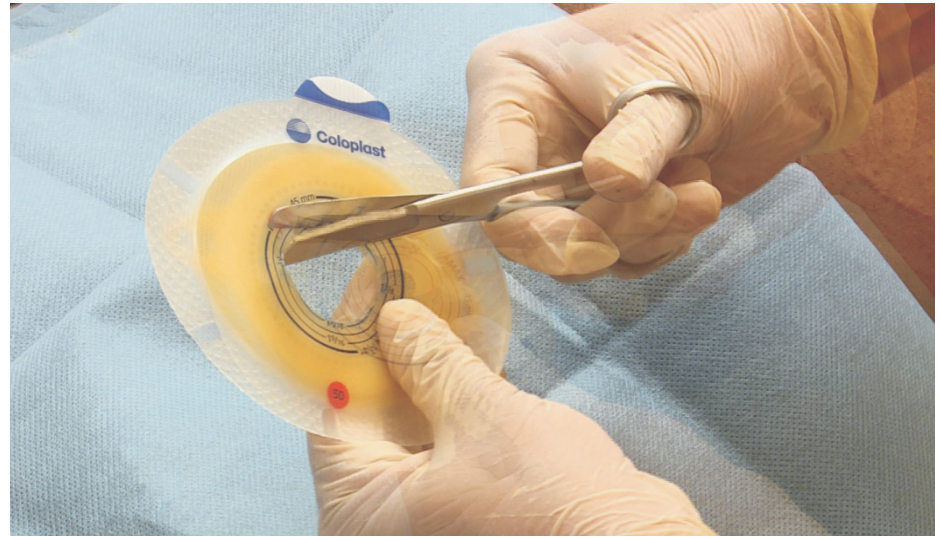
కోలోప్లాస్ట్ స్టోమ మెజరింగ్ గైడ్ సహాయంతో స్టోమ-సైజ్ కొలవండి, స్టోమ రంధ్రం కోయండి మరియు ఈ క్రింద ఇచ్చిన విధంగా బేస్ ప్లేట్ బ్యాగ్ సక్రమమైన సైజ్ ఎంచుకోండి:

టూ-పీస్ సిస్టం
స్టోమ 35 మీమీ కోసం 40 మీమీ బేస్ ప్లేట్
స్టోమ 35 నుండి 45 మీమీ కోసం 50 మీమీ బేస్ ప్లేట్
స్టోమ 45 నుండి 55 మీమీ కోసం 60 మీమీ బేస్ ప్లేట్
పెద్ద స్టోమ కోసం 70 మీమీ లేదా 100 మీమీ బేస్ ప్లేట్

వన్-పీస్ సిస్టం
స్టోమని ఉంచడానికి గరిష్ట కట్ సైజ్‌తో బ్యాగ్ ఉపయోగించండి.

కోయడం

బేస్ ప్లేట్ లేదా వన్ పీస్ ఓస్టొమి బ్యాగ్ ప్లేట్‌ని వంపు తిరిగిన కత్తెరని ఉపయోగించిస్టోమ సైజ్ మరియు ఆకారానికి తగినట్టుగా కత్తిరించాలి. శాశ్వతమైన మార్కర్‌ని ఉపయోగించి టెంప్లేట్ మరియు పారదర్శక షీట్ తయారు ఉంచాలి. లేదా స్టోమ మెజరింగ్ గైడ్‌తో కొలవాలి మరియు బేస్ ప్లేట్/వన్ పీస్ బ్యాగ్ ప్లేట్ పై చిత్రీకరించాలి.



స్టోమ మరియు చుట్టుప్రక్కల ఆరోగ్యవంతమైన చర్మాన్ని శుభ్రం చేయడం

చర్మం లేదా స్టోమని శుభ్రం చేయడానికి ఆల్కహాల్ లేదా వేరే ఇతర కఠినమైన రసాయనాలు/బేబీ వైప్స్ /టాలెట్స్ ఉపయోగించరాదు. ఇది చర్మానికి చికాకు కలిగించవచ్చు. కంఫీల్ క్లీన్సర్‌తో స్టోమ చుట్టూ ఉన్న చర్మాన్ని మృదువుగా శుభ్రం చేయండి. చర్మంపై ఎటువంటి నూనెల అవశేషాలు ఉండరాదు. కొత్త పౌచింగ్ సిస్టంని పెట్టడానికి ముందు ఎల్లప్పుడూ చర్మాన్ని బాగా పొడిగా చేయాలి. తీవ్రంగా శుభ్రం చేస్తే రక్తస్రావం కలగవచ్చు. చర్మం నుండి స్టోమ అడ్‌హెసివ్ పేస్ట్‌ని తొలగించడానికి మొదట పొడి బట్టని ఉపయోగించాలి. స్టోమని శుభ్రం చేసిన తరువాత మీ చేతులు కడుక్కోవాలి.

చర్మం తయారీ

వివిధ చర్మ పరిస్థితుల కోసం సక్రమమమైన పద్ధతి ఉపయోగించండి.

ఎ) కోలోప్లాస్ట్ బేరియర్ క్రీం-

బేరియర్ క్రీంలు సున్నితమైన పెరిస్టోమల్ చర్మం క్షీణించకుండా కాపాడతాయి. కాబట్టి చర్మం చికాకుని మరియు నానడాన్ని నివారించడానికి కోలోప్లాస్ట్ బేరియర్ క్రీం ఉపయోగించండి.

పెరిస్టోమల్ చర్మంపై క్రీంని వ్యాపింపచేసి మృదువుగా మర్దనా చేయాలి. 5-10 నిముషాలు వేచి ఉండాలి మరియు పొడి కాటన్‌తో ఎక్కువగా ఉన్న క్రీం తుడిచివేయాలి.

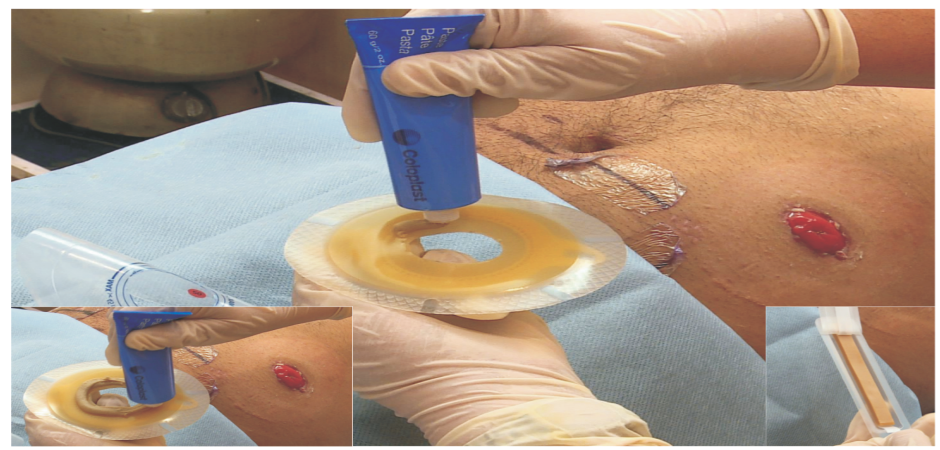
బీ) కోలోప్లాస్ట్ ఓస్టొమి పౌడర్

తడి, బాహ్య చర్మాన్ని పొడిగా చేయడానికి కోలోప్లాస్ట్ ఓస్టొమి పౌడర్ ఉపయోగించాలి. ఇది దెబ్బతిన్న మరియు రాపిడికి గురైన చర్మాన్ని నయం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. కోలోప్లాస్ట్ ఓస్టొమి పౌడర్ చల్లాలి మరియు 2 నిముషాలు ఉండేలా చేయాలి. కేవలం తేలికపాటి ఓస్టొమి స్కిన్ బేరియర్ పౌడర్ మాత్రమే ఉపయోగించాలి. పొడి కాటన్‌తో ఎక్కువగా ఉన్న పరిమాణాన్ని తుడవాలి. కోలోప్లాస్ట్ ఓస్టొమి పౌడర్ నొప్పిని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది మరియు చర్మాన్ని నయం చేస్తుంది.

చర్మం సీలింగ్ మరియు నింపడం

సమానంగా లేని చర్మం ఉపరితలం సీలింగ్ కోసం మరియు నింపడానికి కోలోప్లాస్ట్ పేస్ట్ లేదా బ్రావా స్ట్రిప్ పేస్ట్ ఉపయోగించాలి. పేస్ట్ ఖాళీల్ని, ముడతల్ని నింపుతుంది మరియు పౌచింగ్ సిస్టంతో మెరుగ్గా సీల్ చేయడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది పెరిస్టోమల్ చర్మం నుండి కారడాన్ని నివారిస్తుంది.

కేవలం కొంచెం పేస్ట్ మాత్రమే ఉపయోగించాలి, ఒక నిముషం విదాన్ని అదే విధంగా ఉండనీయాలి. చర్మం నుండి పేస్ట్‌ని తొలగించడానికి ప్రయత్నించినప్పుడు మొదట కొంచెం ఆరనీయండి. చర్మంపై కొంచెం పేస్ట్ మిగిలిపోతే విచారించవద్దు.

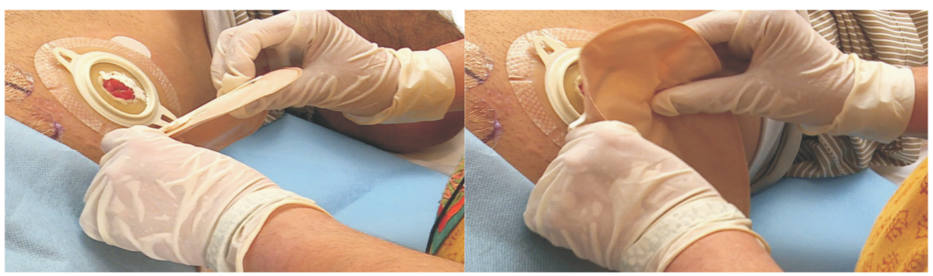


బేస్ ప్లేట్ ఉపయోగించడం

బేస్ ప్లేట్ ఉపయోగించేటప్పుడు, బేస్ ప్లేట్ బెల్ట్ ఇయర్ రింగ్స్ శరీరానికి అడ్డంగా ఉండేట్లు చేయాలి. అందువల్ల బెల్ట్‌ని ఉపయోగించవచ్చు. అందువల్ల బెల్ట్‌ని ఉపయోగించవచ్చు. మీకు మృదువైన కడుపు ఉన్నప్పుడు లేదా స్టోమ చర్మం ఉపరితలం క్రింద ఉన్నప్పుడు బెల్ట్ ప్రత్యేకించి ఉపయోగకరం.

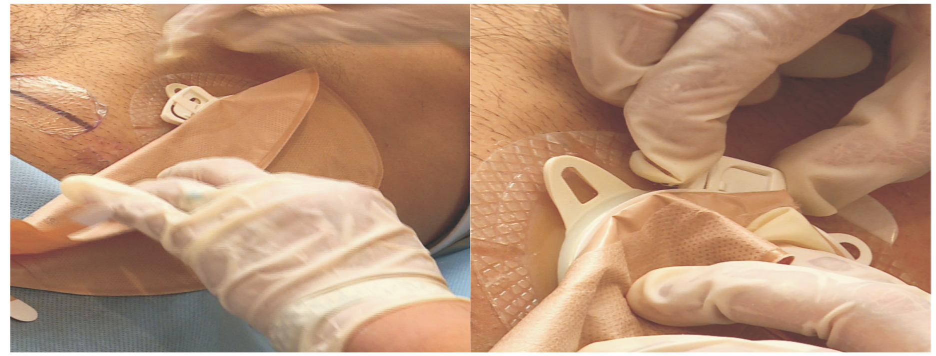
బ్యాక్ ఉపయోగించడం

కోలోప్లాస్ట్ టూ పీస్ ఉపకరణాలు ప్రత్యేకమైన రకం లాకింగ్ యంత్రాంగంతో కేటాయించబడ్డాయి. సౌకర్యవంతమైన స్థానం కోసం అవి స్వేచ్ఛగా 360^0 తిరుగుతాయి. బేస్ ప్లేట్ నుండి విడదీయకుండా కేవలం తిప్పడం ద్వారా బ్యాగ్‌ని ఏ వైపుకి అయినా బ్యాగ్‌ని ఉంచవచ్చు. సాధారణ లాకింగ్ సిస్టం కంటే ఇది ఆస్టోమేట్స్‌కి జీవితాన్నిసౌకర్యవంతం చేస్తుంది. క్లిక్ అని శబ్దం వచ్చినప్పుడు బేస్ ప్లేట్‌కి బ్యాగ్ లాక్ అయ్యిందని నిర్ధారిస్తుంది మరియు బ్యాగ్‌ని అన్ లాక్ చేయడానికి, వేలి కొసతో చిన్న ట్యాబ్‌ని మృదువుగా నొక్కాలి.



బ్యాగ్ లాకింగ్ చేయడం

బేస్ ప్లేట్ పై బ్యాగ్‌ని క్రింద తీసుకోవాలి మరియు చూపుడు వేలితో పై భాగాన్ని నొక్కాలి. క్లిక్ అని శబ్దం వచ్చినట్లయితే బేస్ ప్లేట్‌కి బ్యాగ్ లాకింగ్ అయినట్లుగా నిర్ధారించాలి. అయితే బ్యాగ్‌ని ఉపయోగించడానికి ముందు, లాక్ రింగ్ తెరిచి ఉన్నట్లుగా మరియు స్వేచ్ఛగా తిరిగేట్లుగా నిర్ధారించాలి.



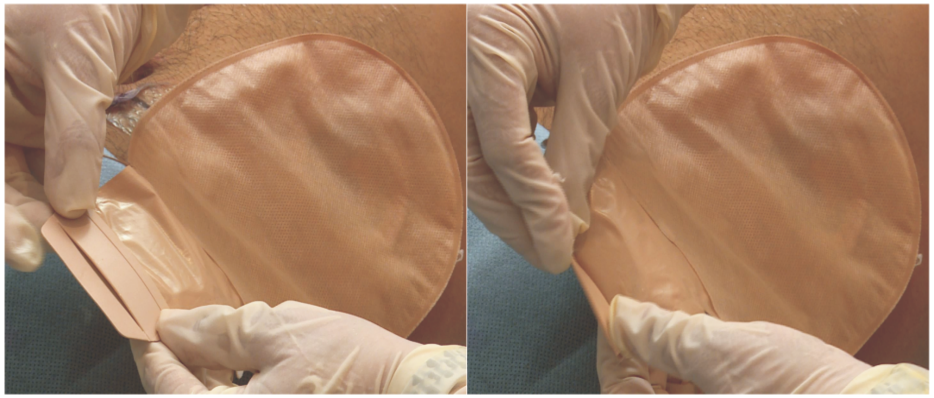
ఓస్టామి బ్యాగ్‌లో దుర్వాసన నిర్వహణ

బేస్ ప్లేట్‌కి అమర్చిన తరువాత బ్యాగ్‌లోకి 6-8 చుక్కల బ్రావా లూబ్రికేటింగ్ డియోడరెంట్ పోయాలి. ఇది స్టోమ నుండి వచ్చిన దుర్వాసనని దాదాపుగా తటస్థం చేస్తుంది. డియోడరెంట్ లూబ్రికేటింగ్ ప్రభావం పాట్ అడుగు భాగంలో పదార్థాలు ఉండేలా సహాయపడుతుంది. ఇది పాచ్‌ని పాచ్ సులభంగా ఖాళీ చేయడాన్ని కూడా సహాయం చేస్తుంది.

బ్యాగ్ మూసివేయడం

అదే దిశలో మూడుసార్లు మడత పెట్టి సమీకృత వెల్క్రో® క్లోజర్ (దాగి ఉండే అవుట్‌లెట్)

తో డ్రైనబుల్ బ్యాగ్ అవుట్‌లెట్‌ని మూసివేయాలి లేదా కోలోప్లాస్ట్ క్లాంప్ సహాయంతో లేదా స్క్రూ స్టాపర్‌తో యూరోస్టోమి బ్యాగ్‌ని మూసివేయాలి. నైట్ డ్రైనేజ్ సిస్టంకి యూరోస్టోమి బ్యాగ్‌ని కనక్ట్ చేయడానికి కనక్టర్ ఉపయోగించాలి.

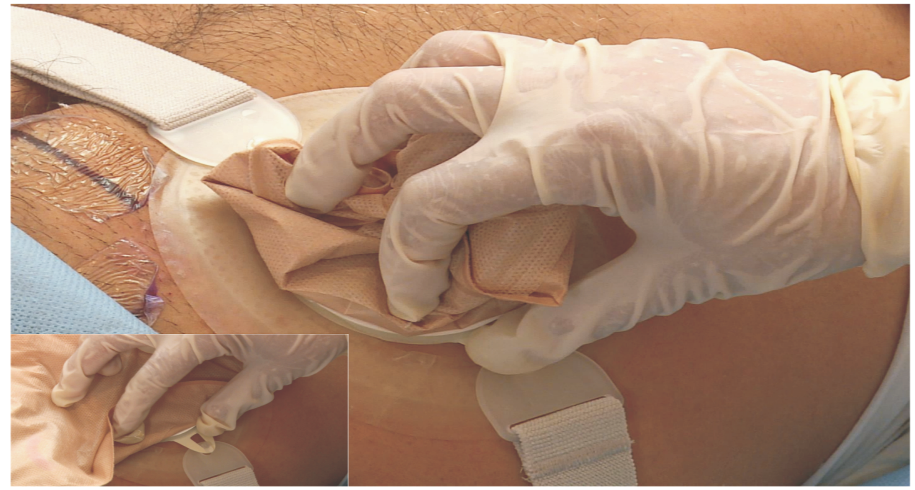


బ్రావా ఎలాస్టిక్ టేప్ ఉపయోగించడం

బ్రావా ఎలాస్టిక్ టేప్ చర్మానికి హితమైనది మరియు బేస్ ప్లేట్‌ని అదే స్థానంలో ఉంచి సహజమైన శరీర కదలికల్ని అనుసరించేలా చేస్తుంది. ఒక బ్యాగ్ కోసం బ్రావా ఎలాస్టిక్ టేప్ రెండు ముక్కలు కావాలి. బయటి కవర్ తీసివేయాలి మరియు బేస్ ప్లేట్ కొసలపై రాయాలి.

బ్రావా బెల్ట్ ఉపయోగం

అదనపు మద్దతు మరియు భద్రత కోసం బ్రావా బెల్ట్ ఉపయోగించండి. తీవ్రమైన శారీరకంగా పని చేస్తున్న సమయంలో ఉపకరణం ఊడిపోకుండా ఇది నివారిస్తుంది.



బ్యాగ్‌ని ఖాళీ చేయడం

బ్యాగ్ 1/3 వంతులు నిండినప్పుడు లోపల ఉన్న పదార్థాలు కారిపోయేలా చేయాలి. ఇది ఉపకరణం ధరించిన సమయాన్ని పెంచుతుంది. ఖాళీ చేసేటప్పుడు, స్టోమ పదార్థాలు కారిపోకుండా నివారించడానికి వేళ్ళతో బ్యాగ్ ఖాళీ చేయడాన్ని నియంత్రించాలి మరియు మీరు బ్యాగ్‌లో ఏదైనా కారుతున్నట్లు గుర్తిస్తే బ్యాగ్ పడవేసి కొత్త బ్యాగ్ ఉపయోగించాలి.

బేస్ ప్లేట్/పౌచ్ తొలగింపు

ఓస్టోమి ప్లేట్‌ని అవసరమైనప్పుడు తరచుగా మార్చవచ్చు. ఆరోగ్యవంతమైన పెరిస్టోమల్ చర్మాన్ని నిర్వహించడానికి ప్రతీ వారానికి రెండుసార్లు పౌచింగ్ సిస్టంని మార్చాలి.

వన్-పీస్ సిస్టం కోసం, పూర్తి పౌచ్‌ని మార్చాలి. టూ-పీస్ సిస్టంతో, పౌచ్‌ని అవసరాన్ని బట్టి మార్చాలి మరియు సాధారణంగా బేస్ ప్లేట్ వారానికి ఒకసారి లేదా రెండుసార్లు మార్చాలి. పై నుండి క్రింది దిశగా అడ్‌హెసివ్‌ని మృదువుగా తొలగించాలి.

బ్రావా అడ్‌హెసివ్ రిమూవర్

బ్రావా అడ్‌హెసివ్ రిమూవర్ స్ప్రే సున్నితమైన మరియు మృదువైన స్ప్రే మరియు బేస్ ప్లేట్ సులభంగా తొలగించడానికి ఉపయోగించవచ్చు. ఈ స్ప్రే సిలికాన్ ఆధారితమైనది మరియు దీనిలో ఎటువంటి ఆల్కహాల్ లేదు కాబట్టి, పూర్తిగా గుచ్చుకోనిది. ఇది వేగంగా చర్మం మరియు అడ్‌హెసివ్ బేస్ ప్లేట్ మధ్య అనుసరించి బేస్ ప్లేట్ మృదువుగా విడుదలయ్యేలా, సెకన్లలో ఆవిరయ్యేలా మరియు నూనె అవశేషాలు లేకుండా చేస్తుంది.

బేస్ ప్లేట్ కొసలపై కేవలం 3-4సార్లు స్ప్రే చేయాలి మరియు కొద్ది సెకనులు వేచి ఉండాలి, ఎటువంటి నొప్పి లేకుండా అడ్‌హెసివ్ బయటకు వస్తుంది.

సాధారణ సూచనలు

ఎ) స్వల్ప సమయానికి ధరించడానికి ట్రబుల్ షూటింగ్

అవకాశమున్న కారణం	నిర్వహణ ఆప్షన్
అధిక బరువు	తరచుగా ఖాళీ చేయాలి (సాధారణంగా 1/2 నింపినప్పుడు)
తప్పు పద్ధతిలో లాకింగ్ మరియు అన్‌లాకింగ్ చేసినప్పుడు	జాగ్రత్తగా లాక్ మరియు అన్‌లాక్ చేయాలి. తయారీదారుల మార్గదర్శకాల్ని అనుసరించండి.
శారీరక పని	శారీరకంగా పని చేసేటప్పుడు బెల్ట్ ఉపయోగించాలి.
వాతావరణ పరిస్థితులు	ఉష్ణోగ్రతలు 40^0 సెం. కంటే ఎక్కువగా మరియు 10^0 సెం. కంటే తక్కువగా ఉన్నప్పుడు మరియు ఎక్కువ తేమ ఉన్నప్పుడు మరియు చెమటలు పోసినప్పుడు అడ్‌హెసివ్ శక్తి తగ్గిపోతుంది.
కారడం	ఉపకరణం సరైన సైజ్ ఎంచుకోండి మరియు ఉపయోగించడానికి ముందు అడ్‌హెసివ్ ఉపరితలంతో వేలితో తాకడాన్ని నివారించాలి.
తప్పుగా ఉపయోగించడం	సరైన పద్ధతుల్లో ఉపయోగించడాన్ని అనుసరించండి.

బీ) సాధారణ జీవితాన్ని తిరిగివిజీ ంచడం

1) బట్టలు

ఆపరేషన్‌కి ముందు ధరించిన బట్టల్ని మీరు మళ్లీ ఉపయోగించవచ్చు.

2) స్నానం చేయడం

ఓస్టొమితో మీరు ఇంతకు ముందు చేసినట్లుగానే షవర్ లేదా స్నానం చేయవచ్చు. ఉపకరణంతో పాటు మీరు స్నానం చేస్తుంటే, ఉపకరణంపై బాతింగ్ ఆప్రాన్ ఉపయోగించవల్సిందిగా మేము సూచిస్తున్నాము. ప్రత్యేకమైన చిన్న క్యాప్‌ని ఉపయోగించి మీరు ఈత కూడా కొట్టవచ్చు కానీ పౌచ్‌ని ముందుగా ఖాళీ చేయాలని మరియు తేలికగా తినాలని గుర్తుంచుకోండి.

3) లైంగిక సంబంధాలు

సాధారణ లైంగిక జీవితానికి కోలోస్టోమి అడ్డంకిగా ప్రజలు భావిస్తారు. తప్పుడు సమస్యని కలిగించకూడదని మీరు తెలుసుకోవాలి. ఆపరేషన్ జరగడానికి ముందు మీరు ఆనందించినట్లుగానే సాధారణ లైంగిక జీవితాన్ని మీరు ఆనందించవచ్చు. లైంగిక కార్యకలాపానికి ముందు మీరు చిన్న సైజ్ బ్యాగ్‌కి మార్చుకోవాలి లేదా స్టోమని కవర్ చేయడానికి ప్రత్యేకమైన చిన్న క్యాప్ ఉపయోగించాలి.

లైంగిక సంబంధాల్ని ఈ క్రింది సలహాలు మెరుగుపరుస్తాయి.

- ఎల్లప్పుడూ సురక్షితమైన లైంగిక సంబంధాన్ని అనుసరించాలి (కండోమ్స్, ఫోంస్ మొదలైనవి ఉపయోగించాలి)
- సన్నిహిత కార్యకలాపాల్లో పాల్గొనడానికి ముందు పౌచ్‌ని ఖాళీ చేసేలా జాగ్రత్తవహించాలి.
- పౌచ్ మరింత సురక్షితంగా ఉండటానికి పేపర్ టేప్‌తో దాని కొసల్ని అతికించాలి.
- ఎల్లప్పుడూ శుభ్రమైన ఓస్టొమి పౌచ్ బెల్ట్ ధరించాలి.
- లైంగిక కార్యకలాపాల సమయంలో చిన్న, పడవేసే పౌచెస్ (పేషన్ పౌచెస్) ఉపయోగించాలి.
- ప్రక్కకు పడుకునే భంగిమకి ప్రాధాన్యత ఇవ్వండి. దీనివల్ల పౌచ్ కార్యకలాపం సమయంలో అడ్డంకి కాదు లేదా జోక్యం చేసుకోదు.
- కోలోస్టోమి కలిగిన వ్యక్తులు లైంగిక కార్యకలాపానికి ముందు స్టోమలో నీరు పోయాలి. ఇది వ్యక్తి సెక్యూరిటి పౌచ్ ధరించడానికి అవకాశం ఇస్తుంది.

మహిళలకు సూచనలు :

- యోని పొడిబారిన సమస్యకు ల్యూబ్రికెంట్లు, క్రీంలు, లేపనాలు ఉపయోగించాలి.
- క్రోచ్-లెస్ లో దుస్తులు ధరించండి.
- లైంగిక భంగిమలు స్టోమ లేదా దాని కవరింగ్స్ పై ప్రభావం చూపించరాదు.

మగవారికి సూచనలు :

- మగవారు పైన ఉండే భంగిమలో, పౌచ్ కదిలిపోకుండా నివారించడానికి కడుపు చుట్టూ కమ్మర్‌బంద్ ధరించాలి.
- ఏవైనా లైంగిక సమస్యలు కలిగితే, డాక్టర్ల నుండి సలహా తీసుకోవాలి

4) ప్రయాణం

ఓస్టొమి మిమ్మల్ని ప్రయాణాలు చేయకుండా నివారించరాదు. కానీ సురక్షితంగా ఉండటానికి అత్యవసర పరిస్థితుల కోసం మీరు అదనంగా బ్యాగ్స్, యాక్సెసరీస్ మీ వెంట తీసుకువెళ్లాలి.

- విమానంలో ప్రయాణిస్తుంటే, స్టోమ ఉన్న వ్యక్తి చేతితో తీసుకువెళ్ళే లగేజీలో ప్రీ-కట్ పౌచెస్ తీసుకువెళ్లాలి.
- సముద్రంలో ప్రయాణించడం విమానంలో కంటే ఎక్కువ సౌకర్యవంతంగా ఉంటుంది. పడవల్లో ఎక్కువ ప్రదేశం ఉండటమే కాకుండా ఆన్-బోర్డ్ డాక్టర్లు లేదా మెడికల్ రూం వంటి సదుపాయాలు అందుబాటులో ఉంటాయి.

5) ఆహారం

ఓస్టొమి రోగులు కొన్ని ఉపయోగకరమైన సలహాల్ని ఉపయోగిస్తూ సాధారణ ఆహారాన్ని ఆనందించవచ్చు:

- చిన్న, క్రమబద్ధమైన భోజనాలు ముఖ్యంగా సమతుల్యమైన ఆహారం తీసుకోవాలి.
- మీ ఆహారాన్ని బాగా నోరు మూసుకుని నమిలి తినాలి. బాగా నమలడం వల్ల అడ్డంకిని నివారించడంలో సహాయపడుతుంది.
- మెరుగ్గా అరుగుదల కోసం నెమ్మదిగా మరియు మధ్యస్థంగా తినండి.
- డీహైడ్రేషన్‌ని నివారించడానికి ప్రతీరోజూ కావల్సినంత ద్రవాలు తీసుకోండి.
- గ్యాస్ ఏర్పడకుండా నివారించడానికి చ్యూయింగ్ గమ్ తినరాదు లేదా స్ట్రాతో తాగరాదు.

కోలోస్టోమి రోగికి ఆహారం

- కోలోస్టోమి రోగి సమతుల్యమైన మరియు మిశ్రమ ఆహారం తీసుకోవాలని సూచించడమైంది.
- మలబద్ధకం మరియు డీహైడ్రేషన్‌ని నివారించడానికి రోగులు నోటి ద్వారా ఎక్కువగా ద్రవాలు (నీరు, ద్రవాలు మరియు స్క్వాషెస్ వంటివి) తీసుకోవాలని సలహా ఇవ్వడమైంది.
- మల బద్ధకాన్ని నివారించడానికి కావల్సినంత పీచు పదార్థం అవసరం. రోజుకి పండ్లు, కూరగాయలు 5 సార్లు తీసుకోవాలి.
- బాగా వండిన కూరగాయలు తీసుకోవడం మెరుగ్గా ఉంటుంది. పచ్చి పండు కంటే వండిన పండ్లు తీసుకోవాలి.
- మలబద్ధకం సమస్య ఉంటే, సమస్యని పరిష్కరించడానికి కొన్ని ఆహార రకాలు అనగా అత్యధిక పీచు పదార్థాలు (ప్రూన్స్) మరియు తెల్ల అన్నం కంటే బ్రౌన్ ఫుడ్స్ (అన్నం) ఉపయోగకరం.

- వాయువుని కలిగించే ఆకుపచ్చ కూరగాయలు, ఉల్లిపాయలు మరియు చిక్కుళ్లు వంటి ఆహారాన్ని నివారించడం ద్వారా అపాన వాయువుల్ని నివారించవచ్చు.
- కార్బొనేటెడ్ డ్రింక్స్ మరియు స్ట్రాలతో త్రాగడం వల్ల అపాన వాయువులు కలుగుతాయి. తినే సమయంలో మాట్లాడరాదు, బాగా నమిలి తినాలి మరియు గాలి మింగరాదు.

ఇలియోస్టోమి రోగులకు ఆహారం

- అన్ని రకాల ఆహారాన్ని బాగా నమలాలి, క్రమేణా ఆహారంలో పీచు పదార్థాన్ని పరిచయం చేయాలి.
- మలం ఆకృతిని నిర్వహించడానికి మరియు డీహైడ్రేషన్ నివారించడానికి నోటి ద్వారా కావల్సినన్ని ద్రవాలు తీసుకోవాలి. అదనంగా, కొంచెంగా ఉప్పు ఎక్కువగా తీసుకోవడం కూడా ఉత్తమమని సలహా ఇవ్వడమైంది.
- కరిగిపోయే పీచు పదార్థాలు గల అరటిపండు, స్టూయిడ్ యాపిల్స్ వంటి వాటిని ఆహారంలో చేర్చాలి. ఇవి ఫుడ్ బోలస్ అడ్డంకితో సహా ఎక్కువ సమస్యలు కలిగించవు. కొబ్బరి, అనాస, ద్రాక్షలు వంటి స్టోమకి అడ్డంకి కలిగిస్తాయి కాబట్టి వాటిని తీసుకోరాదు.
- నీళ్ల విరేచనాల సమస్య ఉంటే మలాన్ని గట్టిపరిచే బ్రెడ్, అన్నం, బంగాళదుంప, పాస్తా, బిస్కట్లు, స్పాంజ్ కేక్, క్రాకర్స్ వంటి ఆహారం తీసుకోవాలి.
- ఫుడ్ బోలస్ అడ్డంకిని కలిగించే నట్స్, పీచు పదార్థాలు, పండ్ల తొక్కలు, స్వీట్ కార్న్, డ్రై ఫ్రూట్స్, సలాడ్ లేదా బాగా నమలని ఆహారాలు (గట్టి ఆహారాలు) ఆహారాలు తినరాదు.
- మసాలా ఆహారం లేదా ఆల్కహాల్ సాధారణంగా కంటే ఎక్కువ నీళ్ల విరేచనాన్నికలిగిస్తాయి.

యూరోస్టోమి రోగికి ఆహారం

- యూరోస్టోమి కలిగిన రోగులు చిన్న మూత్రనాళం కలిగి ఉండటం వల్ల వారికి మూత్రనాళం ఇన్ఫెక్షన్స్ వచ్చే అవకాశం ఎక్కువ. కాబట్టి కావల్సినన్ని ద్రవాల్ని నోటి ద్వారా తీసుకోవాలి.
- క్రమబద్ధంగా ఒక గ్లాస్ క్రాన్‌బెర్రీ రసం తీసుకోవడం కూడా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. ఇది మూత్రంలో ఎసిడిటీని తగ్గిస్తుంది మరియు మూత్రంలో ఇన్ఫెక్షన్ ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది.

ఇలియోస్టోమి	కోలోస్టోమి	యూరోస్టోమి
ప్రాధాన్యత: అరటిపండు, యాపిల్, మెత్తగా వండిన చిక్కుళ్లు, కారట్లు, స్క్వాష్ మరియు స్టూ టమోటాలు, ఉడికించిన, మెదిపిన లేదా ప్యూరీ చేయబడిన కూరగాయలు, తెల్ల బ్రెడ్, రోల్స్, క్రాకర్స్, తక్కువ	ఇలియోస్టోమి ఆహార పట్టిక వంటిది అనుసరించాలి.	ప్రాధాన్యత: మూత్రం ఎసిడిక్ స్థితిని నిర్వహించడానికి కావల్సినంత నీరు తీసుకోవాలి.

పీచు పదార్థం గల సీరియల్, తెల్ల అన్నం., కావల్సినంత నీరు తాగాలి.		
నివారించండి: పాలు, పాల ఉత్పత్తులు (లాక్టోజ్ తట్టుకోనితనం నివారించడానికి), గోధుమలు, ధాన్యం పొట్టు, మొక్కజొన్న, నట్స్, పచ్చి సెలరి, మిరియాలు, పుట్ట గొడుగులు, క్యాబేజీ, బఠాణీ, మొక్కజొన్న, కొబ్బరి, గుజ్జు ఉన్న ఆహారం, అనాస, ద్రాక్షలు.		**నివారించండి:** మూత్రంలో ఆల్కలైన్ని కలిగించే పాలు, అరటిపండు, చిక్కుళ్లు, బీట్, పాలకూర,నిమ్మజాతి పండ్లు వంటి ఆహారాన్ని నివారించాలి.

ఓస్టోమేట్స్ కోసం ఆహార సూచనల పట్టిక

ఓస్టోమి సర్జరీ జరిగిన వ్యక్తులు మలంపై వివిధ ఆహారాల ప్రభావాన్ని తెలుసుకోవడం ప్రధానం:

- **గ్యాస్ని కలిగించే ఆహారాలు**

  ఆల్కహాల్ పానియాలు, కార్బొనేటెడ్ డ్రింక్స్, ఉల్లిపాయలు, ముల్లంగి, చిక్కుళ్ళు, క్యాబేజీ, కాలీఫ్లవర్, సోయ, దోస, పాల ఉత్పత్తులు, చ్యూయింగ్ గమ్, నట్స్.

- **దుర్వాసన కలిగించేవి**

  ఆస్పరాగస్, బేక్ చేసిన చిక్కుళ్ళు, ఉల్లి, వెల్లుల్లి, బ్రకోలి, కాడ్ లివర్ ఆయిల్, చేపలు, గ్రుడ్లు, పీనట్ బటర్, ఆల్కహాల్.

- **పెరిగిన మలం**

  ఆల్కహాల్ పానియాలు, వండిన క్యాబేజీ, తృణ ధాన్యాలు, ఊకతో చేసిన తృణ ధాన్యాలు, తాజా పండ్లు, ఆకుపచ్చ ఆకు కూరలు, పచ్చి కూరగాయలు, స్పైసీ మిల్క్, ద్రాక్షలు, ప్రూన్స్.

- **స్టోమకి ఆటంకం కలిగించేవి.**

  యాపిల్ తొక్కలు, క్యాబేజీ, పచ్చి తృణ ధాన్యాలు, చైనీస్ కూరగాయలు, మొక్కజొన్న, పూర్తి గుజ్జు, కొబ్బరి, ఎండిన ఫలాలు, పుట్ట గొడుగులు, నట్స్, నారింజలు, అనాస, పాప్ కార్న్, గింజలు.

- **రంగు మార్పు**

  ఆస్పరాగస్, బీట్స్, ఆహారం రంగులు, ఐరన్ మాత్రలు, లికొరైస్, స్ట్రాబెర్రీస్ మరియు టమోట సాసెస్.

- **దుర్వాసన నియంత్రణ**

  మజ్జిగ, క్రాన్‌బెర్రీ జ్యూస్, కమలా పండు రసం, పార్స్లీ, టమోట రసం మరియు యోగర్ట్.

- **మలబద్ధకం నుండి ఉపశమనం**

  కాఫీ, వండిన పండ్లు, వండిన కూరగాయలు, తాజా పండ్లు, పండ్ల రసాలు, నీరు మరియు గోరువెచ్చని లేదా వేడి పానియాలు.

- **అతిసారం నియంత్రణ**

  యాపిల్ సాస్, పీనట్ బట్టర్, పెక్టిన్ సప్లిమెంట్, అరటి పండ్లు, వండిన అన్నం మరియు టోస్ట్.

6) శారీరక కార్యకలాపాలు

నడక

- సులభమైన మరియు అత్యంత ప్రభావవంతమైన వ్యాయామం నడక.
- నడక మానసిక అప్రమత్తతని మెరుగుపరుస్తుంది మరియు మీ మనోస్థితిని ఉత్సాహంగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది సాధారణంగా మీ శారీరక సంక్షేమాన్ని పెంచుతుంది.
- సర్జరీ అయిన వెంటనే నడక ప్రారంభించవచ్చు మరియు క్రమేణా వేగంగా నడవవచ్చు. దూరం, సమయాన్ని కూడా పెంచవచ్చు.
- తాజా గాలిలో నడక శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యానికి ప్రయోజనకరం.

బైకింగ్

- బైక్ రైడింగ్ కూడా అద్భుతమైన వ్యాయామం. ఇది కడుపుపై ఎక్కువ ఒత్తిడి కలిగించదు.
- నడక మాదిరిగా, బైకింగ్‌ని కూడా క్రమేణా దైనందిన చర్యలో చేర్చవచ్చు మరియు సమయంతో పాటు ఉన్నత స్థాయిలకు వెళ్లవచ్చు.
- శాశ్వతమైన పుండు కలిగిన ప్రజలకు బైకింగ్ అసౌకర్యం కలిగించవచ్చు. అటువంటి పరిస్థితిలో, పుండు పూర్తిగా నయమయ్యేంత వరకు నడకకి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి.

ఈత, ఒక సులభమైన, మృదువైన వ్యాయామం

ఈత అత్యంత ప్రసిద్ధి చెందిన మరియు ప్రయోజనకరమైన వ్యాయామాల్లో ఒకటి. ఓస్టోమి కలిగిన ప్రజలు ఈతని ఆరోగ్యవంతమైన వ్యాయామంగా చేయాలని సిఫారసు చేయబడింది.

ఇతర కార్యకలాపాలు

- ఏరోబిక్స్ వంటి జాగింగ్, స్కేటింగ్, లేదా గోల్ఫింగ్‌లని దైనందిన జీవితంలో చేర్చండి.
- తేలికపాటి బరువుతో శిక్షణ కూడా ప్రయోజనకరం. ఏదైనా వ్యాయామం వల్ల నొప్పి లేదా అసౌకర్యం కలిగితే, వేరే ఇతర కార్యకలాపాల్ని ప్రయత్నించడం ప్రయోజనకరం.

7) మనోసాంఘిక కౌన్సిలింగ్ :

స్టోమ రోగుల గ్రూప్‌లో చేరాలి మరియు సాధారణ జీవనశైలిని తిరిగి సంపాదించడానికి మిమ్మల్ని మీరు మరియు ఇతరులకి సహాయం చేయండి. ఈ క్రింది పనులు చేయండి:

- ఇతర భావాల్ని అన్వేషించండి మరియు వివరించండి.
- ఇతరులతో ప్రజలు తమ కథల్ని లేదా అనుభవాల్ని చెప్పే విధంగా ప్రోత్సహించండి.
- స్టోమ గురించి ఉన్న అపోహని తగ్గించడానికి ప్రయత్నించండి.
- ప్రతీ ఒక్కరు స్వయం-సంరక్షణ గురించి నేర్చుకునేలా చేయండి.

ఓస్టొమి ఉపకరణం పడవేయడానికి మార్గదర్శకాలు

ఇంట్లో ఉపయోగించిన ఓస్టొమి ఉపకరణాన్ని ఉత్తమంగా పడవేయడానికి, ఈ క్రింది చర్యల్ని అనుసరించాలి:

1. బ్యాగ్‌లో ఉండే పదార్థాల్ని పడవేయండి లేదా మీ పౌచ్‌ని మొదట టాయ్‌లెట్‌లో ఖాళీ చేయండి.
2. నీటిలో ఉపకరణం శుభ్రం చేయండి.
3. కత్తెర సహాయంతో ఉపకరణాన్ని (బ్యాగ్ మరియు బేస్ ప్లేట్) మధ్యలో కత్తిరించండి.
4. ప్లాస్టిక్ క్యారీబ్యాగ్‌లో చుట్టండి, సాధారణ చెత్తలో పడవేయండి.
5. పాడైన ఉపకరణం, వైప్స్ మొదలైనవి డిస్పోజబుల్ బ్యాగ్స్‌లో ఉంచాలి. తదుపరి వాటిని చెత్తబుట్టలో పడవేయాలి లేదా స్థానిక సంస్థలు వేరుగా సేకరించే క్లీనికల్ వ్యర్థాలు ఉన్న ప్రాంతాల్లో పడవేయాలి.

కోలోప్లాస్ట్ సంరక్షణ

- కోలోప్లాస్ట్ సంరక్షణ అనేది స్టోమతో యూజర్ల కోసం ఉద్దేశ్యించబడిన ప్రత్యేకమైన సేవ.
- కోలోప్లాస్ట్ సంరక్షణ నిపుణుల బృందం ఉపయోగించే వారికి జీవితాన్ని సులభతరం చేస్తుంది.
- బృందం వన్-వన్-వన్ సహాయాన్ని కేటాయిస్తుంది. ఆయా భౌగోళిక ప్రదేశాలు, ఉపయోగించే వారి సౌకర్యాన్ని బట్టి సంరక్షణ బృందం 9 వేర్వేరు ప్రాంతీయ భాషల్లో ఉపయోగించే వారికి సమాచారం అందిస్తుంది. హిందీ, ఇంగ్లిష్, తమిళం, కన్నడం, మళయాళం, తెలుగు,మరాఠి, గుజరాతి, బెంగాలీ భాషల్లో సేవలు అందిస్తోంది.
- సంరక్షణ బృందం సన్నిహిత ఆరోగ్య సంరక్షణ అవసరాలతో రోగులకి సహాయపడుతుంది. సంరక్షణ బృందం సేవలు సోమవారం నుండి శుక్రవారం వరకు ఉదయం 9 గం. నుండి సాయంత్రం 5.30 వరకు (భారత కాలమానం ప్రకారం) లభిస్తాయి.

అర్థం చేసుకోవడం

ఒక రోగి కార్యక్రమంలో నమోదు చేసుకున్న తరువాత, క్రమబద్ధమైన మరియు వ్యక్తిగత మద్దతు ఏర్పాటు చేయడానికి కోలోప్లాస్ట్ సంరక్షణ నిపుణుడు ఆమెని/అతన్ని సంప్రదిస్తారు మరియు స్టోమతో జీవిస్తున్న ఓస్టోమేట్స్‌కి నిజ జీవితంలో ఎదురయ్యే సమస్యలకు పరిష్కారాలు, సమాధానాలు అందిస్తారు.

సహాయపడటం

స్టోమ ఆపరేషన్ జరిగిన వ్యక్తులకు సహాయపడటానికి కోలోప్లాస్ట్ సంరక్షణ బృందం ప్రత్యేకమైన శిక్షణ పొందుతారు. మా టోల్ ఫ్రీ నంబర్‌తో, ఆస్టోమేట్స్ వారు ఎదుర్కొనే సమస్యల గురించి అనగా చర్మం చీరుకుపోవడం, లీకేజీ, ఉత్పత్తులు ఉపయోగించడం మొదలైన వాటి గురించి ప్రశ్నలు అడగవచ్చు.

సమాధానాలు

జవాబులు ఇవ్వడం, జాబితాలు మా మిషన్‌లో భాగం. స్టోమతో ఉన్న రోగుల జీవిత నాణ్యతని మెరుగుపర్చడం, వారికి మద్దతు ఇవ్వడం మరియు వారి ప్రశ్నలన్నింటికి సమాధానాలు ఇవ్వడం మా మిషన్ లక్ష్యం. ఈ విధంగా ఓస్టొమితో వారి జీవితాన్ని సాధ్యమైనంత ఎక్కువగా సౌకర్యవంతం చేస్తాము.

అవగాహన కల్పించడం

మేము బహు భాషల పుస్తకాలు, ఉత్పత్తి ఉపయోగం వీడియోలు, బేస్ ప్లేట్ కత్తిరించడానికి వంపు ఉన్న కత్తెరలు మరియు ఓస్టోమేట్స్ కోసం స్టోమని కొలిచే గైడ్స్ మేము కేటాయిస్తాము. 14 వేర్వేరు ప్రాంతీయ భాషల్లో లభించే బహు భాషల పుస్తకాల్లో ఉత్పత్తులు, ఉత్పత్తి శ్రేణి, ఆహార ప్రణాళిక మొదలైన వాటి వాడకం గురించి పూర్తిగా ఒక్కో స్టెప్‌కి సంబంధించిన అవసరమైన సమాచారం ఉంటుంది. ఓస్టొమి సర్జరీ తరువాత తమ స్టోమని ఎలా ఉత్తమంగా నిర్వహించాలి అని పుస్తకం ఓస్టోమేట్స్‌కి అవగాహన కలిగిస్తుంది.

సరైన ఉత్పత్తి పరిష్కారం కనుగొనండి

ఓస్టొమి సర్జరి తరువాత ఒక రోగి ఇంటికి తిరిగి వచ్చిన తరువాత, కోలోప్లాస్ట్ సంరక్షణ నిపుణుడు రోగి సరైన ఉత్పత్తులు అందుకోవడాన్ని నిర్ధారించడానికి స్థానిక ప్రాంతంలో వైద్య సరఫరాలు చేసే డీలర్‌ని గుర్తించడంలో అతనికి సహాయపడతారు.

ఓస్టొమి ఉపకరణాలు

ఉపకరణాలు	వర్ణన	పని
1 పీస్ డ్రైనబుల్ పౌచ్	జత చేసిన నాన్ ఓవెన్ పౌచ్‌తో అత్యధిక భద్రత కోసం అడ్వాన్స్ అడ్‌హెసివ్ -అడ్‌హెసివ్ పౌచ్‌కి శాశ్వతంగా అమరి ఉంటుంది మరియు పౌచ్‌ని మార్చడానికి పూర్తి ఉపకరణం తొలగించబడి మరియు మార్చబడుతుంది.	-చర్మానికి సురక్షితంగా అతుక్కోవడాన్ని కేటాయిస్తుంది. -తేమని పీల్చుకునే గుణం చర్మానికి చికాకు నుండి ముక్తి కలిగిస్తుంది.
2 పీస్ డ్రైనబుల్ పౌచ్	-సురక్షితమైన లాకింగ్‌తో మెకానికల్ కప్లింగ్ సిస్టం ద్వారా బేస్ ప్లేట్‌కి పౌచ్ సురక్షితంగా అమర్చబడుతుంది. -స్టాండర్డ్ వేర్ మరియు ఎక్స్‌టెండెడ్ వేర్ బేస్ ప్లేట్, ఫ్లాట్ లేదా కన్వెక్సిటితో లభిస్తోంది.	-చర్మానికి సురక్షితమైన అతుక్కోవడాన్ని కేటాయిస్తుంది మరియు తీవ్రమై స్టోమల్ అవుట్‌పుట్‌కి రక్షణ ఇస్తుంది. వినపడే క్లిక్ అని సౌండ్ బేస్ ప్లేట్‌కి పౌచ్ సురక్షితంగా లాక్ అయినట్లుగా ఖరారు చేస్తుంది.
కంఫీల్ ®బారియర్ క్రీం	-బారియర్ క్రీం అత్యధిక లిక్విడ్ రిపెల్లెంట్ మరియు దీనిలో పీహెచ్ బఫర్ ఉంది. -చర్మానికి మాయిశ్చర్ కలిగిస్తుంది మరియు చర్మం పీహెచ్ లువని నిర్వహిస్తుంది (5.5)	-ఇది చర్మం పీహెచ్‌ని క్రమబద్ధం చేస్తుంది మరియు ఇన్ఫెక్షన్ ప్రమాదాన్ని నివారిస్తుంది. -పుండు వల్ల చర్మానికి కలిగిన చికాకు లేదా పొడితనంకి ఉత్తమమైన చికిత్స.

ఉపకరణాలు	వర్ణన	పని
ఓస్టొమి పౌడర్	-స్టోమ చుట్టూ లేదా అడ్‌హెసివ్ క్రింద ఉపయోగించాలి.	-తేమని పీల్చుకుంటుంది మరియు చర్మానికి చికాకుని నివారిస్తుంది. -స్కిన్ బారియర్ వేర్ సమయాన్ని పొడిగిస్తుంది.
బ్రావా® లూబ్రికేటింగ్ డియోడరెంట్	-ఓస్టొమి పౌచ్‌లో ఉపయోగించడానికి రూపొందించబడింది. -240మి.లీ. సీసా/సింగిల్ యూజ్ శాషేలో లభిస్తోంది మరియు ప్రయాణించే సమయంలో ఉపయోగించడానికి సౌకర్యవంతమైనది.	-స్టోమల్ అవుట్‌పుట్ దుర్వాసనని తటస్థం చేస్తుంది. -లూబ్రికేటింగ్ ప్రభావం పౌచ్ పదార్థాలు పౌచ్ అడుగున ఉండేలా నిర్ధారిస్తుంది. -పౌచ్‌ని ఖాళీ చేయడం కూడా సులభం చేస్తుంది.
బ్రావా® ఎలాస్టిక్ టేప్	హైడ్రో-కోలోయిడ్స్‌తో తయారైన ఇది శరీరం సహజ కదలికల్ని అనుసరించేలా చేస్తుంది. -అదనపు భద్రత -బేస్ ప్లేట్ కొసలు పైకి లేవకుండా నివారించడానికి రూపొందించబడింది.	-బ్యాగ్/బేస్ ప్లేట్ సక్రమమైన స్థానంలో ఉండటాన్ని నిర్ధారించడం ద్వారా ఉపకరణాలకు అదనపు భద్రతను కేటాయిస్తుంది. -తేమని పీల్చుకుంటుంది మరియు చికాకుని నివారిస్తుంది. -చదునుగా లేని లేదా గుండ్రని కడుపు ఉన్న వారికి ఉపయోగకరం.

ఉపకరణాలు	వర్ణన	పని
బ్రావా® అడ్‌హెసివ్ రిమూవర్	-రెండు రూపాల్లో లభిస్తోంది: స్ప్రే (బారియర్ తొలగించడానికి) మరియు వైప్స్ (అడ్‌హెసివ్స్ తొలగించడానికి)	-స్టింగ్ ఫ్రీ స్ప్రే మరియు కాబట్టి చర్మానికి హితమైనది. -చర్మం నుండి అడ్‌హెసివ్స్, బారియర్‌ని సులభంగా, మృదువుగా తొలగించడానికి ఉపయోగించబడుతుంది.
బ్రావా పేస్ట్	బ్రావా పేస్ట్ క్లిష్టమైన చర్మపు ఆకృతిని నింపుతుంది మరియు కడుపు మరియు ఉపకరణం మధ్య బిగుతైన ఫిట్‌ని నిర్వహిస్తుంది.	-గుచ్చుకోదు. -ఆల్కహాల్ లేదు. కాబట్టి ఉపయోగించినప్పుడు గుచ్చుకున్న బాధ ఉండదు.

స్టోమకి సంబంధించిన పదజాలం

కడుపు - జీర్ణ వ్యవస్థకు చెందిన అవయవాలు ఉండే శరీరానికి ముందు భాగంలో ఛాతీ మరియు తుంట్లకు మధ్య ఉన్న శరీర ప్రాంతం.

అడ్‌హెసివ్ రిమూవర్స్ /రిలీజర్స్ - వైప్స్ లేదా స్ప్రే రూపంలో లభిస్తాయి. చర్మం నుండి అడ్‌హెసివ్స్ తొలగించేటప్పుడు సహాయపడి అసౌకర్యాన్ని తగ్గిస్తాయి.

బారియర్ వైప్స్/స్ప్రేస్ - చర్మానికి రక్షణనిచ్చే పొరని కలిగిస్తాయి. స్కిన్ బారియర్/వేఫర్‌ని ఉపయోగించడానికి ముందు ఇవి ఉపయోగించబడతాయి.

బౌల్ - జీర్ణ వ్యవస్థలో భాగం. స్మాల్ బౌల్‌ని చిన్న ప్రేగులు అని మరియు లార్జ్ బౌల్‌ని పెద్ద ప్రేగులు అని పిలుస్తారు.

బౌల్ అడ్డంకి/మూసుకుపోవడం - పేగుల్లో మూసుకుపోవడం. ఇది ఆహారం వల్ల, మలం మిగిలిపోవడం వల్ల లేదా వ్యాధి వల్ల కలగవచ్చు.

ప్రేగు - జీర్ణ వ్యవస్థలో చివరి భాగం. దీన్ని పెద్ద ప్రేగులు లేదా లార్జ్ బౌల్ అంటారు.

క్లోజ్డ్ ఎండ్ పౌచ్ - అడుగు భాగంలో ఓపెనింగ్ లేని పౌచ్ మరియు ప్రతీసారి ఉపయోగించిన తరువాత తొలగించబడి మరియు పడవేయబడుతుంది.

కోలోరెక్టల్ కాన్సర్ - బౌల్ కాన్సర్ మరియు కోలన్ కాన్సర్ అని కూడా పిలుస్తారు. మలంలో రక్తం, మారిన మల విసర్జన కదలికలు, బరువు కోల్పోవడం, అలసిన భావన వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

కోలోస్టోమి - పెద్ద ప్రేగులు (ప్రేగులు) మరియు కడుపు ఉపరితలం మధ్య ఆపరేషన్ ద్వారా చేసిన ద్వారం.

కాన్వెక్సిటి - వంపు తిరిగిన, కప్పు వంటి ఉపరితలంతో స్కిన్ బారియర్/వేఫర్. ఇది స్టోమ వైపుగా లోపలికి వంగుతుంది.

క్రోన్స్ వ్యాధి - ఇది జీర్ణ వ్యవస్థ యొక్క దీర్ఘకాలిక ఇన్‌ఫ్లమేటరి బౌల్ వ్యాధి రకం. కడుపు నొప్పి, అతిసారం, బరువు కోల్పోవడం, మలంలో రక్తం పడటం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

డీహైడ్రేషన్ - శరీరంలో నీరు లేకపోవడం. ఓస్టొమి ఉన్న ప్రజలకు ఇది తీవ్రమైన పరిస్థితి, బాగా పర్యవేక్షణ చేయాలి.

డ్రైనబుల్ పౌచ్ - అడుగు భాగంలో ఓపెనింగ్ ఉంటుంది, ఇది మలం లేదా మూత్రం కారడానికి అవకాశం ఇస్తుంది మరియు టేప్ లేదా టెయిల్ క్లిప్‌తో తిరిగి మూసుకుంటుంది.

బేస్ ప్లేట్ - కొన్ని టూ-పీస్ సిస్టంలపై స్కిన్ బారియర్ మరియు పౌచ్‌లకు జత చేయబడిన రింగ్. బారియర్‌ని పౌచ్‌కి చేర్చడానికి జాగ్రత్తగా కలిపి తీయడానికి బేస్ ప్లేట్ రూపొందించబడింది.

ఇలియోస్టొమి - చిన్న ప్రేగులు (ఇలియం) మరియు కడుపు ఉపరితలం మధ్య ఆపరేషన్ ద్వారా తయారు చేయబడిన ఓపెనింగ్.

ఇలియం - చిన్న ప్రేగుల్లో ఉండే చివరి భాగం.

ఇరిటేషన్ - చర్మం ఎర్రబడటం, వాపు, నొప్పి.

వన్-పీస్ ఓస్టొమి పౌచింగ్ సిస్టం - స్కిన్ బారియర్ /వేఫర్ మరియు పౌచ్‌లు ఒక యూనిట్‌గా తయారు చేయబడ్డాయి.

ఓస్టొమి - మూత్ర విసర్జన కోసం మూత్రకోశంలో మల విసర్జనకు గ్యాస్ట్రో ఇంటెస్టైనల్ వ్యవస్థలో ఆపరేషన్ ద్వారా తయారు చేయబడిన ఓపెనింగ్ (స్టోమగా పిలుస్తారు)

పెరిస్టోమల్ చర్మం - స్టోమ చుట్టూ ఉండే చర్మం.

పౌచ్ - మూత్రం లేదా మలం సేకరించి మరియు వాటిని కలిగి ఉండే ఓస్టొవి ఉపకరణం బ్యాగ్ భాగం.

బేస్ ప్లేట్ - చర్మానికి జోడించిన ఓస్టొమి ఉపకరణం అడ్హెసివ్ భాగం. ఇవి స్టోమ చుట్టూ (పెరిస్టోమల్ చర్మంగా పిలువబడతాయి) చర్మానికి ఉపయోగించబడతాయి. చికాకు కలిగించే మూత్రం లేదా మలం నుండి చర్మాన్ని రక్షించడంలో సహాయపడుతుంది.

స్టోమ - కడుపు ఉపరితలం పై ఆపరేషన్ ద్వారా తయారు చేయబడిన ఓపెనింగ్. మూత్రం లేదా మలం మార్గాన్ని మళ్లించడానికి పేగుల కణజాలంతో నిర్మించబడింది. దీన్ని ఓస్టొమి అని కూడా పిలుస్తారు.

టూ-పీస్ ఓస్టొమి పౌచింగ్ సిస్టం - బేస్ ప్లేట్ మరియు పౌచ్ వేర్వేరు మరియు గుండ్రని, ప్లాస్టిక్ రింగ్(బేస్ ప్లేట్)తో కలిపి జత చేయబడతాయి. బేస్ ప్లేట్ని తొలగించాల్సిన అవసరం లేకుండా పౌచ్ని సులభంగా తొలగించవచ్చు.

అల్సరేటివ్ కొలైటిస్ - ఇది ఇన్ఫ్లేమేటరి బౌల్ వ్యాధి. పెద్ద పేగులో (ప్రేగు) పుండ్లు, వాపుని కలిగించే వ్యాధి.

యూరోస్టోమి - మూత్రం విసర్జించడానికి అవకాశమివ్వడానికి ఆపరేషన్ ద్వారా తయారు చేయబడిన ఓపెనింగ్. దీన్ని ఇలియల్ కండ్యూట్ అని కూడా పిలుస్తారు.