

Avlastande stomi- loop transversostomi

Det händer att man vid ändtarmscancer enbart behöver avlasta det sjuka området/ tumören i tarmen med en tillfällig stomi. Den tillfälliga stomin anläggs vanligtvis på tvärgående delen på tjocktarmen. Den kan beskrivas som en ögla som dras fram, öglan öppnas så att båda ändar fortfarande sitter ihop, ändarna sys fast mot huden och stomin kommer på så vis ha två öppningar. Genom den ena öppningen tömmer sig avföringen, den andra öppningen leder till den urkopplade tarmen.

Även om man har sin stomi kan det komma slem/blod/avföringssekret via ändtarmen och man kan känna ett tryck/behov av att vilja gå på toaletten, vilket är normalt.

Tarmfunktionen

Tarmen är ofta stor i storlek. Avföringens konsistens varierar allt från grötigt till fastare konsistens. Mängden varierar beroende på konsistens men uppskattningsvis ca 500-800 ml. Avföringen kan lukta starkt.

Stomivård

Det är viktigt att komma igång att lära sig sköta stomin så fort som möjligt efter operationen. Målet är att du skall kunna sköta din stomivård självständigt när du kommer hem. På avdelningen kommer du med stöd av personal att komma igång med din träning och så småningom utvecklar du en rutin som passar dig. Stomiterapeuten kommer till avdelningen regelbundet under vårdtiden och planerar inför din utskrivning och uppföljande återbesök. Stomimaterial kommer att provas ut och förskrivas på hjälpmedelskort. Stomimaterial ingår i högkostnadsskyddet och behöver beställas på apoteket i god tid.

Stomiförband

- Vid stomi på tjocktarmen/transversum används ett tömbart stomiförband.
- Det är rekommendera att byta sitt stomiförband på morgonen innan intag av dryck och mat. Tarmen är då som regel minst aktiv, vilket kan göra att den inte tömmer sig i samband med förbandbytet.
- Låt din stomivård få ta lite tid. Ta det lugnt och var noggrann med hudvården för att förebygga hudskador runt stomin.
- Var uppmärksam och töm stomipåsen ofta!
- Byt ditt stomiförband regelbundet
- Upprepade läckage från stomibandaget kan ge hudirritation och skador runt stomin.
- Det finns många olika stomibandage samt hjälpande tillbehör. Ta kontakt med din stomiterapeut för att diskutera din stomisituation och de alternativ som finns så att stomibandaget anpassas efter dina behov.

Kostråd

Du kan fortsätta äta mat som vanligt, men första tiden efter operationen ska du vara försiktig med svårsmält mat och gasbildande produkter som kan skapa knip, smärta, gaser och stopp.

Några enkla kostråd

- Ät långsamt och tugga maten väl.
- Tugga med stängd mun och försök undvika att svälja ned luft (kan orsaka gaser).
- Ät gärna mindre måltider istället för få och stora måltider.
- Försök äta på regelbundna tider varje dag.
- Försök äta allsidigt och varierat.
- Salta extra på maten (för att kompensera saltförluster via stomin).
- Undvik att dricka i samband med måltider eftersom det kan öka stomiflödet. Drick istället mellan måltiderna.
- Drick cirka 2 liter/dygn. Vid höga stomiflöden gäller dock speciella regler för vad du bör dricka, se nedan.