

Tjocktarmsstomi

Stomi på tjocktarmen kallas även kolostomi. En kolostomi görs av den sista delen av tjocktarmen. Kolostomin placeras på vänster sida av din mage.

Avföringens konsistens är som den var före operationen. Även gaser bildas som tidigare.

Du behöver byta påse

Den vanligaste påsen som används vid kolostomi är en så kallad sluten modell. Det betyder att påsen inte går att tömma. Du byter i stället hela påsen när det behövs.

Oftast byter du påsen 1–3 gånger per dygn, men det varierar från person till person.

Kostråd om du har kolostomi

Du kan uppleva besvär med ljudet från gaser om du har en stomi på tjocktarmen. Du kan då försöka att äta mindre av mat som är gasbildande. Exempel på sådan mat är lök, ägg, bönor och mat som innehåller sötningsmedlet sorbitol.

Prata med din stomiterapeut eller en dietist för att få fler kostråd.

Stopp i tarmen – tarmvred

Med tarmvred menas att det har blivit stopp i tarmen, på grund av ett hinder eller att tarmrörelserna tillfälligt har stannat av. Det är ett allvarligt tillstånd som kan kräva sjukhusvård.

Vanliga symtom på tarmvred:

- kraftig buksmärta som ofta kommer och går i intervaller
- illamående med eller utan kräkningar
- att det varken kommer avföring eller gaser
- att buken blir uppspänd.

Om du är förstoppad

- Drick mycket.
- Motionera regelbundet.
- Ät lösande mat, till exempel mat med mycket fibrer, grönsaker, frukt och katrinplommon.
- Använd eventuellt tarmreglerande läkemedel som du har blivit rekommenderad.

Bråck

Ibland kan det uppstå ett bråck vid stomin. Då buktar huden ut runt stomin och det kan bli svårt att fästa stomibandaget. Det kan göra ont och kännas tungt runt utbuktningen.

Kontakta en läkare eller en stomiterapeut om du misstänker att du har bråck. Ibland kan du behöva använda en speciell gördel som stomiterapeuten kan hjälpa dig att prova ut. Ibland behöver bråcket opereras.

När ska jag kontakta vården?

- Om du har symtom på tarmvred, bråck eller förstoppning.
- Om du har problem med läckage.
- Om du har problem med huden runt stomin.