Regular na Pangangalaga ng Inyong Ostomy

Mga Tip sa Pouching System

- Ihanda ang inyong bagong pouching system bago ninyo alisin ang inyong lumang pouching system
- Alisin ang laman ng inyong pouch kapag 1/3 hanggang 1/2 na itong puno ng discharge o gas. Huwag hayaang umapaw ang pouch.
- Alisin ang laman ng inyong pouch bago ang mga aktibidad at bago ang oras ng pagtulog
- Kung mapansin ninyong marami kayong gas sa inyong pouch (colostomy o ileostomy), maaari ninyong pag-isipang kumuha ng pouch na may filter
- Ang pinakamainam na oras para sa regular na pagpapalit ng pouching system ay sa umaga bago kayo kumain o uminom ng kahit ano
- Pagkatapos ninyong ilagay ang inyong skin barrier, idiin ito nang dahan-dahan sa inyong balat nang humigit-kumulang isang minuto para sa pinakamagandang pagdirikit. Ang banayad na pagdiin at init ay nakakatulong sa unang pagdirikit
- Kung magsusuot kayo ng two-piece pouching system, subukang ilagay ang skin barrier sa inyong katawan sa hugis diyamante para sa mas maayos na pagkakalapat

Mga Tip sa Pangangalaga ng Balat

- Tandaan, mas mainam ang mas kaunti kapag inaalagaan ang balat sa paligid ng inyong stoma
- Para sa karamihan ng mga tao, sapat na ang tubig para sa paglilinis ng balat. Tandaang hugasan ang inyong mga kamay pagkatapos magpalit ng pouch o alisin ang laman nito
- Kung kinakailangan ang sabon, gumamit ng banayad na sabon nang walang lotion o cream na maaaring mag-iwan ng residue o film sa inyong balat. Maaari itong makasagabal sa pandikit
- Ang mga wipe para sa proteksyon ng balat ay hindi inirerekomenda sa ilalim ng mga skin barrier para sa mas matagal na paggamit dahil maaari nitong mabawasan ang tagal ng pagsusuot
- Tiyaking malinis at tuyo ang peristomal skin bago ilagay ang inyong skin barrier.
- Ang mga bagay na HINDI inirerekomenda para sa regular na pangangalaga ng balat sa paligid ng inyong stoma: sabong may mga lotion, mga cream, mga lotion, mga pulbos, mga baby wipe, isopropyl alcohol, mga gamot na may steroid, o mga ointment
- Hindi “normal” ang pangangati ng balat. Kung matuklasan ninyong mayroon kayong namumula, sira, o nangangating balat, humingi ng tulong sa isang kwalipikadong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan gaya ng nars sa WOC/ET

Mga Pang-araw-araw na Tip

- Regular na palitan ang inyong skin barrier. Mas magiging komportable kayo rito pagkatapos ninyong malaman kung ano ang pinakamainam para sa inyo
- Ang tagal ng paggamit ay batay sa mga personal na kagustuhan at katangian ng stoma, ngunit hindi maituturing na normal ang tatlo o apat na araw
- Kung maging paiba-iba o hindi mahuhulaan ang inyong tagal ng paggamit, kumonsulta sa inyong nars sa WOC/ET
- Ang tagal ng paggamit ng skin barrier ay maaaring mabawasan sa mas maiinit na panahon kung kailan mas nagpapawis kayo o sa mga panahon ng mas maraming aktibidad
- Kapag maglalakbay, magplano nang maaga. Kabilang sa ilang suhestyon ang: magdala ng mga karagdagang supply, ilagay ang inyong mga produkto para sa ostomy sa inyong carry-on na bag kapag sasakay sa eroplano, paunang gupitin ang inyong mga cut-to-fit na skin barrier upang hindi na ninyo kailangang magdala ng gunting sa eroplano, at kumuha ng travel ID na nagpapaliwanag ng inyong pangangailangan para sa mga partikular na supply kapag maglalakbay
- Maaari kayong mag-shower o maligo nang nakakabit o nakaalis ang inyong pouching system
- Kung gagamit kayo ng two-piece pouching system, maaaring madali para sa inyo na magpalit ng ibang pouch para sa shower upang manatiling tuyo ang pouch na nakasuot sa inyo
- Kapag aalisin ang laman ng pouch, hindi na ito kailangang banlawan. Maaaring mapadali ng lubricating deodorant ang pag-aalis ng laman. Huwag maglagay ng mga langis at spray para sa pagluluto sa inyong ostomy pouch
- Itabi ang inyong mga karagdagang supply sa isang malamig at tuyong lugar
- Inirerekomenda ang regular na follow-up sa inyong nars sa WOC/ET

Regular na Pangangalaga ng Inyong Ostomy

MGA KARANIWANG TERMINO

Filter	Naglalabas ng gas mula sa pouch at sinisipsip ang amoy. Makikita sa mga pouch na naaalis ang laman at nakasarang pouch bilang itinatampok na opsyon
Pouch	Bag na nangongolekta ng output mula sa stoma. Ang uri ng pouch ay naaalis ang laman, nakasara, at urostomy, batay sa uri ng ostomy ninyo
Pouching System	Kabilang ang skin barrier at ang pouch. Ang mga opsyon ay one-piece pouching system o two-piece pouching system. Ang pinagsama-samang hangganan ng tape sa paligid ng skin barrier ay nagbibigay ng karagdagang seguridad
Skin Barrier	Ang bahagi ng inyong pouching system na agad na magkakasya sa paligid ng inyong stoma. Pinoprotektahan nito ang inyong balat at inilalagay nito ang inyong pouching system sa tamang lugar. Kung minsan, tinatawag itong wafer o flange
Tagal ng Paggamit	Ang tagal ng panahon kung kailan maaaring isuot ang pouching system bago ito pumalya. Maaaring mag-iba ang mga tagal ng paggamit ngunit dapat pare-pareho ito para sa bawat tao
Nars sa WOC (Wound, Ostomy, Continence)	Isang nars na may karagdagang edukasyong may espesyalisasyon sa pangangalaga ng ostomy. Kung minsan, tinatawag itong nars sa ET (enterostomal therapy).

Kung mayroon kayong mga karagdagang tanong o kung kailangan ninyo ng tulong sa inyong produkto, o upang maghanap ng supplier o espesyalista sa ostomy, mangyaring tawagan ang Hollister sa **1.888.740.8999.** Para sa pagtulong sa mga bagong taong may mga ostomy na masanay sa buhay nang may ostomy, makipag-ugnayan sa isa sa aming Mga Tagapangasiwa ng Secure Start sa **1.888.808.7456** sa US o **1.866.789.7574** sa Canada.

Para sa higit pang impormasyon tungkol sa produkto, mangyaring bisitahin ang **www.hollister.com.**

Iba pang rekomendasyon mula sa aking propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan:

Para sa mga tanong tungkol sa produkto, pangangailangan sa pag-sample, o detalyadong klinikal na tanong kaugnay ng aming mga produkto sa US, tumawag sa **1.888.808.7456**. Sa Canada, tumawag sa **1.800.263.7400**.

www.hollister.com

Inirerekomenda ang regular na follow-up sa inyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan.

Bago gumamit ng anumang produkto/accessory para sa ostomy, tiyaking basahin ang lahat ng mga insert at label ng produkto.

Ang logo ng Hollister, Secure Start, at “Malusog na balat. Mga positibong resulta.” ay mga trademark ng Hollister Incorporated.
© 2017 Hollister Incorporated. 923077-1117 US-00188

Hollister

Ostomy Care

Malusog na balat. Mga positibong resulta.