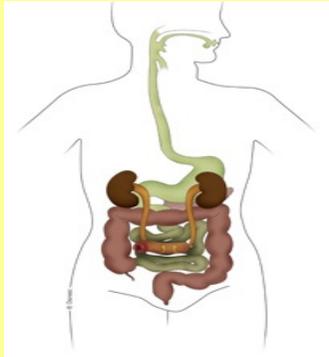


Tem uma urostomia recente?

Quantas perguntas gostaria de formular...

Preocupa-se com as alterações que a urostomia irá provocar na sua vida. É normal.

A finalidade desde desdobrável é tentar provar-lhe que pouco irá mudar na sua maneira de viver e dar-lhe alguma informação que o ajude. Ele pretende ser um complemento às indicações que lhe foram dadas pelo seu médico.



Muitas pessoas foram já submetidas a cirurgia de urostomia. Convivendo entre si puderam verificar aquilo que tantas vezes se lhes disse - não são as “únicas”, e, é possível voltar às actividades anteriores, por vezes com maior entusiasmo.

Seja paciente pois o seu organismo recupera da operação e adapta-se à urostomia.

Algo sobre a sua operação

Porque é que se faz uma urostomia?

A urostomia tem lugar quando uma doença ou lesão da bexiga ou dos ureteres não pode ser convenientemente tratada pela medicina; ou quando uma debilidade ou lesão impede o funcionamento normal da bexiga.

O que é uma Urostomia?

A Urostomia é uma técnica cirúrgica que consiste na derivação do fluxo urinário para exterior através de uma abertura artificial realizada na parede abdominal.

A bexiga pode ser ou não removida. Há vários tipos de urostomia.

Em que medida uma urostomia altera a função urinária?

As principal função da bexiga é a de armazenarurina até ao momento adequado para a sua expulsão. Embora a sua urostomia não seja capaz de armazenar a urina como faz a bexiga, actua como um “canal” ou passagem para a urina poder alcançar o exterior.

Na bexiga ileal (tipo mais frequente de urostomia), o canal é constituído com uma ansa de ileon (poção terminal do intestino delgado) que se separou do intestino, e na qual se implantaram os ureteres, que foram por sua vez previamente destacados da bexiga

Como colectar a drenagem da urostomia?

Num saco-prótese apropriado, bem ajustado à pele. Este saco é usado com carácter permanente.

A vida com a sua Urostomia

Está sem coragem?

É uma reacção normal no princípio. Sente-se frustrado, tem sentimento de rejeição ou perda de amor próprio? Fale com um verdadeiro amigo, um familiar ou então, com outro urostomizado. Diga-lhe o que sente e pensa, verá que é uma grande ajuda.

Dizer aos outros?

Os seus familiares e amigos fazem-lhe perguntas. Diga-lhes apenas aquilo que quiser que eles saibam, pouco ou muito...

O Trabalho

A maioria dos empregos é acessível aos urostomizados, exceptuando os que requerem determinados esforços que poderão prejudicar o estoma.

A amizade e o amor.

Sente talvez que a urostomia vai alterar as suas relações presentes ou diminuir as oportunidades futuras de estabelecer novas amizades. Diz-nos a experiência de muitos ostomizados que uma ostomia não interfere nas velhas amizades nem impede a criação de novas.

O Sexo. Está preocupado com os efeitos que a urostomia pode ter na sua função e atração sexual. Na mulher a função sexual não está, geralmente diminuída; no homem a potencia sexual pode ser afectada. Tem a influencia neste caso as razões que levam à cirurgia. Fale com o seu operador sobre isso. Uma urostomia não tem qualquer influência sobre a atração sexual.

Gravidez

É um acontecimento normal na mulher urostomizada. Embora muitas tenham já ultrapassado a idade de engravidar. Mas se pensar nisso, se pensar nisso, fale primeiro com o seu médico. A urostomia em si, não interfere com a gravidez, e o risco de parto não parece ser superior ao das mulheres não urostomizadas, se for saudável.

O banho e a natação

Pode tomar banho de imersão ou de chuveiro, com ou sem saco. A exposição ao ar ou contacto com o sabão e a água não prejudicará o estoma, nem a água entra nele. Pode nadar como fazia anteriormente ; porém deve reforçar a aderência da sua prótese com adesivo impermeável.



A vida social, as viagens e o desporto

Pode participar em todas as actividades sociais, viagens e em praticamente todos os desportos que praticava. Consulte no entanto o seu médico se estiver a pensar nalgum desporto violento.

Notar-se-á esse saco sob o vestuário?

Não, o saco não se deverá notar. Com poucas excepções, poderá vestir as roupas que usava anteriormente. Os sacos, usados hoje em dia, não são volumosos e não se notam.

Como cuidar da sua Urostomia

Como escolher o material?

A escolha do saco-prótese é feita da mesma forma que a de sapatos ou de óculos. O melhor para si é uma questão muito pessoal. Deve contudo aconselhar-se com alguém que saiba como se utilizam os sacos tal como o seu médico, ou uma enfermeira com experiência neste campo. O saco a escolher deve ser estanque e impermeável ao cheiro; não ser irritante para a pele nem notado sob o vestuário e ser confortável com todas as actividades.

Quando é que deve esvaziar o saco?

Sempre que o sentir pesado, geralmente várias vezes ao dia.

Como se evitam os problemas de pele?

É mais fácil e mais importante evitar os problemas do que tratá-los. O uso de material apropriado, um protector de pele, a mudança periodicado saco e a execução de técnicas adequadas de higiene ajudá-lo-ão a evitar os problemas da pele.

Poderá encontrar mais informação e assistência na Associação Portuguesa de Ostomizados

A A.P.O é uma associação cujas finalidades essenciais são:

_ Congregar os ostomizados Portugêses em ordem e assistência mútua, nomeadamente no âmbito da sua adaptação física e psicológica à respectiva situação;

-Representar e defender os seus interesses, procurando soluções justas para os seus problemas junto das entidades convenientes.

Associação Portuguesa de Ostomizados

Av. João Paulo II, Lt. 552 – 2º B

1950-154 Lisboa

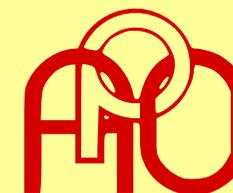
Tel. : 218596054 – Fax: 218394295

e-mail: informacoes@apostomizados.pt

www.apostomizados.pt

Associação Portuguesa de Ostomizados

Instituição Particular de Solidariedade Social sem Fins Lucrativos



UROSTOMIA

“Projecto co-financiado pelo INR, I.P. *Subprograma Participação Específica*”

