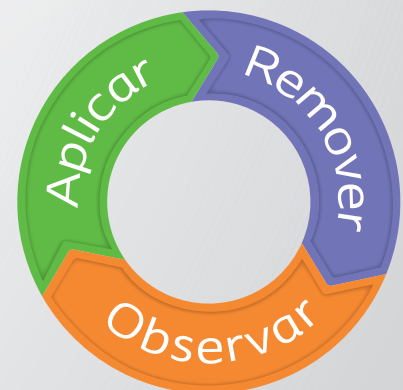
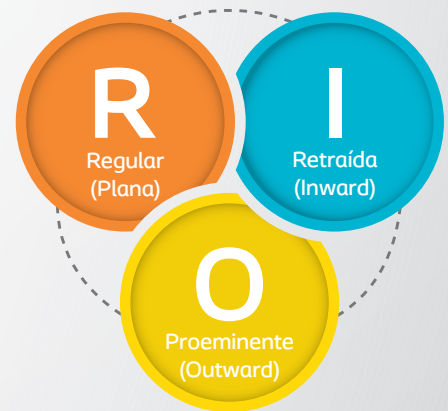


Guia de cuidados *fundamentais* com o seu estoma



Estabelecer e manter um bom hábito de substituição do dispositivo com a rotina ARO.

Para manter a pele saudável basta apenas, na maioria das vezes, verificar se está a aplicar e a remover o seu dispositivo corretamente e com a frequência adequada.



Aplicar: A aplicação correta assegura que a pele fique devidamente protegida de possíveis complicações.

Remover: Remova o dispositivo suavemente para minimizar o risco de trauma mecânico da pele.

Observar: A observação da placa e da pele ajuda a perceber:

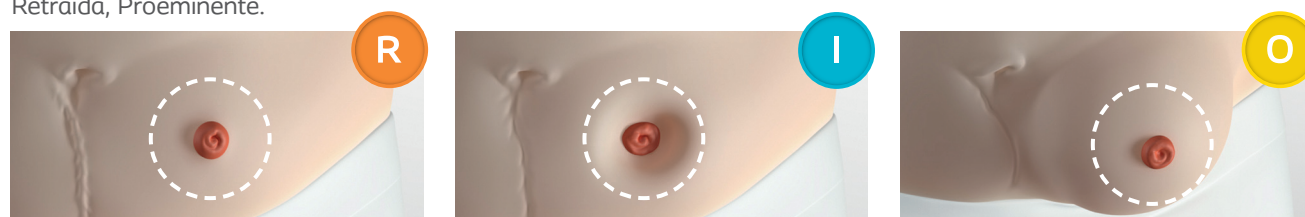
- se a rotina de substituição do dispositivo é adequada.
- Se ha sinais visíveis de efluente ou adesivo danificado ou irritação da pele que indiquem que é necessário ajustar a rotina e/ou substituir mais vezes. Também aconselhamos que verifique regularmente se o seu dispositivo se adapta ao perfil do seu corpo. (ver em baixo)

Antes de utilizar, consulte sempre as "instruções de utilização" fornecidas com os produtos.

O corpo muda, então **verifique o ajuste** do seu dispositivo com regularidade.

Algumas pessoas percebem que um dispositivo que antes funcionava bem, pode começar a falhar.

O seu perfil abdominal inclui a forma do seu estoma e a área ao redor que é coberta pela placa adesiva. O seu dispositivo de ostomia deve ajustar-se sempre à sua área peristoma. Definimos 3 tipos de áreas peristoma: Plana, Retraída, Proeminente.



Plana

A área peristoma é mais ou menos nivelada com o abdómen.

Retraída

A área peristoma, está abaixo da superfície do abdómen, formando uma depressão.

Proeminente

A área peristoma eleva-se do abdómen, formando uma protuberância.

Depois da cirurgia de construção de um estoma, o seu perfil abdominal pode mudar por diversas razões.

Estas podem incluir:

- Aumento ou perda de peso à medida que recupera da doença que levou à cirurgia
- Pregas ou cicatrizes da pele ao redor do seu estoma
- Desenvolvimento de uma hérnia associada ao seu estoma

Como é que eu identifico o meu perfil abdominal?

- Contacte a(o) sua(seu) Enfermeira(o) de Estomaterapia.