



ОБРАЗОВАНИЕ ПАЦИЕНТОВ И КОРНЯКОВ

# Как устранить раздражение на коже вокруг уростомы

Эта информация поможет вам узнать о признаках раздражения кожи вокруг места выведения уростомы. Здесь также поясняется, как ухаживать за раздраженной кожей вокруг стомы.

## Как распознать признаки раздражения кожи

Когда вы в первый раз снимаете стомный мешок, обычно кожа под клеевой пластиной выглядит бледно-розовой (при светлой коже) или серо-коричневой (при темной коже). Это случается из-за давления стомного мешка. Это не означает, что кожа раздражена. Если вы оставите кожу непокрытой на 15–30 минут, она должна снова обрести свой нормальный цвет.

Если кожа раздражена, она может:

- очень сильно покраснеть;
- отличаться по внешнему виду от кожи на всех остальных участках тела;
- гореть или зудеть;
- быть болезненной.

## Уход за раздраженной кожей

Если ваша кожа раздражена, можете воспользоваться приведенными ниже рекомендациями. Если раздражение не пройдет после выполнения этих рекомендаций в течение 1 недели, обратитесь к медсестре/медбрату-стоматерапевту или своему врачу. Они научат вас, как лучше всего ухаживать за кожей.

Многие пациенты используют порошки для ухода за стомой и салфетки для обработки кожи не так, как нужно. **Эти средства не являются эффективными при всех типах раздражения кожи.** Если вы пользуетесь ими неправильно, это может усугубить раздражение и привести к долгосрочному повреждению кожи. Если кожа раздражена, выполните приведенные ниже рекомендации, прежде чем применять порошки для ухода за стомой или салфетки для обработки кожи. Если вы не уверены, следует ли их использовать, проконсультируйтесь с медсестрой/медбратом-стоматерапевтом.

**Если ваша кожа более красная (при светлой коже) или более серо-коричневая (при темной коже), чем обычно, но у вас нет зуда, жжения, боли или каких-либо повреждений или ран на коже:**

- наложите на раздраженную кожу тонкую гидроколлоидную пластину (повязку) или нанесите на нее жидкое защитное средство для кожи (например MARATHON® Liquid Skin Protectant);
- прикрепите стомный мешок поверх гидроколлоидной повязки или жидкого защитного средства;
- старайтесь не использовать порошки для ухода за стомой или салфетки для обработки кожи более двух дней подряд, так как их применение в течение длительного времени может усугубить раздражение кожи.

Вы можете приобрести тонкую гидроколлоидную повязку и жидкое защитное средство для кожи в ближайшей аптеке или онлайн. Если у вас нет этих средств, вы можете вырезать эластичную защитную пластину и положить ее поверх раздраженной кожи.

**Если кожа зудит, но при этом имеет нормальный вид, и на ней отсутствуют повреждения или раны:**

- попросите медсестру/медбрата-стоматерапевта порекомендовать вам другую клеевую пластину с керамидами (натуральными жирами, которые содержатся в коже);
- не используйте порошки для ухода за стомой или салфетки для обработки кожи.

Если кожа покраснела, мокнет (становится мокрой или влажной), зудит, и на ней есть повреждения или раны:

- попросите медсестру/медбрата-стоматерапевта порекомендовать вам противогрибковые или стероидные препараты;
- не используйте порошки для ухода за стомой или салфетки для обработки кожи, за исключением случаев, когда медсестра/медбрат-стоматерапевт говорит, что вам следует это делать;
- ваш врач в случае необходимости выпишет вам рецепт для приобретения лекарства;
- ваш врач или медсестра/медбрат-стоматерапевт в случае необходимости могут порекомендовать вам обратиться к дерматологу (кожному врачу).

## Дайте коже отдохнуть

Многим пациентам нравится снимать стомный мешок и давать коже отдохнуть в течение 15–30 минут. Это называется перерывом для отдыха кожи. Такой перерыв помогает устранить раздражение и предотвращает его появление.

Вам решать, нужно ли вам делать такой перерыв. Если вы решите его сделать, вы можете положить поверх стомы полотенце, портативный мочеприемник или другой контейнер, чтобы собирать вытекающую мочу.

## Отправка фотографий раздраженной кожи

Будет нелишним отправить фотографию раздраженной кожи медсестре/медбрата-стоматерапевту. Если у вас есть учетная запись на портале MyMSK (портал для пациентов центра MSK), лучше всего отправить фотографию в сообщении со своего профиля. Приложите фотографию к сообщению и попросите своего врача передать ее медсестре/медбрата-стоматерапевту. Медсестра/медбрат-стоматерапевт позвонит вам, и вы обсудите различные варианты лечения.

Для получения дополнительной информации о том, как сделать хорошую фотографию кожи, ознакомьтесь с материалом *Tips for Taking Pictures to Share with Your Healthcare Provider* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/tips-taking-pictures-share-your-healthcare-provider](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/tips-taking-pictures-share-your-healthcare-provider)).

Для получения информации о регистрации учетной записи MyMSK ознакомьтесь с видеоматериалом *How to Enroll in the Patient Portal: MyMSK* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-enroll-mysk-patient-portal](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-enroll-mysk-patient-portal)).

Если у вас возникли вопросы, обратитесь непосредственно к сотруднику своей медицинской бригады. Пациенты MSK могут обратиться к поставщику услуг после 17:00 либо в выходной или праздничный день, позвонив по номеру 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe).

---

How to Manage Skin Irritation Around Your Urostomy Stoma - Generated on June 29, 2019

©2019 Memorial Sloan Kettering Cancer Center