



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Как ухаживать за кожной стомой для отведения мочи

Этот материал поможет вам понять, как ухаживать за кожной стомой для отведения мочи после операции, а также о том, как катетеризировать кожную стому для отведения мочи и соблюдать график катетеризации.

Кожную стому для отведения мочи также называют стомой Индианы.

Информация о стоме

Во время операции по удалению мочевого пузыря ваш хирург сформировал новый путь для выведения мочи из организма. Он использовал часть тонкой и толстой кишки, чтобы создать стомный мешок в вашем теле. В стомном мешке накапливается моча.

Хирург также использовал часть вашего кишечника для формирования стомы. Стома — это небольшое отверстие в брюшной полости (на животе), через которое моча может выходить из организма.

Несколько раз в день вы будете опорожнять стомный мешок с помощью катетера (тонкой гибкой трубки). Этот процесс называется катетеризацией. Вы введете катетер через стому в стомный мешок, чтобы отвести всю мочу. После опорожнения стомного мешка вы извлечете катетер.

График катетеризации стомного мешка

Вам нужно будет опорожнять стомный мешок в соответствии с графиком катетеризации. Очень важно соблюдать этот график во время

восстановления после операции. Это поможет не допустить чрезмерного растяжения или разрыва стомного мешка.

Поначалу вам может быть трудно привыкнуть к графику катетеризации. Со временем вы привыкнете к подходящему для вас режиму.

Примерный график катетеризации

Ниже приведен примерный график катетеризации стомного мешка после операции. Ваш врач может попросить вас придерживаться другого графика. Следуйте полученным рекомендациям.

	Дневное время	Ночное время
Неделя 1	Опорожняйте стомный мешок каждые 2 часа. Интервал между опорожнениями не должен превышать 2 часа.	Опорожняйте стомный мешок каждые 3 часа. Интервал между опорожнениями не должен превышать 3 часа.
Неделя 2	Опорожняйте стомный мешок каждые 3 часа. Интервал между опорожнениями не должен превышать 3 часа.	Опорожняйте стомный мешок каждые 4 часа. Интервал между опорожнениями не должен превышать 4 часа.
Неделя 3	Опорожняйте стомный мешок каждые 4 часа. Интервал между опорожнениями не должен превышать 4 часа.	Опорожняйте стомный мешок каждые 5 часов. Интервал между опорожнениями не должен превышать 5 часов.
Неделя 4	Опорожняйте стомный мешок каждые 5 часов. Интервал между опорожнениями не должен превышать 5 часов.	Опорожняйте стомный мешок каждые 6 часов. Интервал между опорожнениями не должен превышать 6 часов.

Советы по соблюдению графика катетеризации

- Всегда опорожняйте стомный мешок с соблюдением указанного интервала. Это поможет избежать чрезмерного растяжения или разрыва стомного мешка.
- Заводите будильник, чтобы проснуться один раз ночью для

опорожнения стомного мешка.

- Вы можете ощущать давление или наполненность в промежутках между плановыми опорожнениями стомного мешка. В этом случае опорожните стомный мешок раньше запланированного времени.
- В промежутках между плановыми опорожнениями стомного мешка из стомы может вытекать небольшое количество мочи. В таком случае:
 - Сократите интервал между опорожнениями стомного мешка. Например, если по графику вы должны опорожнять стомный мешок каждые 3 часа, попробуйте опорожнять его каждые 2 часа.
 - Вернитесь к графику предыдущей недели. Ваш стомный мешок может быть не в состоянии удерживать большое количество мочи.

Опорожнение стомного мешка

Когда вам нужно опорожнить стомный мешок, вы можете почувствовать:

- давление;
- ощущение наполненности;
- легкие спазмы в животе;
- дискомфорт в пояснице, чаще всего с правой стороны.

Ощущения будут отличаться от тех, которые вы испытывали при мочеиспускании до операции.

Типы катетера

Большинство людей после операции используют катетер с прямым наконечником. Этот катетер имеет прямой наконечник для введения (конец катетера, который вы вводите в стому). Прямая конструкция позволяет быстрее и легче вводить такой катетер, чем другие катетеры.

Если вы испытываете боль или дискомфорт при использовании катетера с прямым наконечником, врач может порекомендовать вам изогнутый катетер. У него на наконечнике для введения предусмотрен небольшой изгиб, что позволяет ему проходить через узкие или закупоренные места.

Ваш врач расскажет вам, какой катетер лучше использовать. Обязательно записывайте тип используемого катетера и его размер.

Как опорожнить стомный мешок

Для опорожнения стомного мешка соблюдайте эти указания. Эта процедура называется катетеризацией стомного мешка. Если у вас возникли проблемы с катетеризацией стомного мешка, прекратите процедуру и позвоните своему врачу. Скажите ему, если у вас проблемы с опорожнением или с установкой катетера.

1. Подготовьте все необходимое на чистой поверхности. Вам понадобятся:

- Бумажные полотенца.
- 1 катетер.
- Смазка на водной основе, например K-Y Jelly[®]. Не используйте смазку на силиконовой основе или вазелин (например, Vaseline[®]).
 - Смазка вам не нужна, если вы используете предварительно смазанный катетер. Катетер поставляется с уже нанесенной на него смазкой.
- Контейнер для сбора мочи, если вы не можете провести процедуру в ванной комнате.
- Марля, ленточный или обычный лейкопластырь (например, накладка на стому AMPatch[®]).

2. Вымойте руки.

- Если вы моете руки с мылом, намочите их теплой водой и намыльте мылом. Потрите руки друг о друга в течение 20 секунд, затем сполосните. Вытрите руки бумажным полотенцем. Закройте кран с помощью того же полотенца.
- При использовании спиртосодержащего антисептика нанесите его на всю поверхность рук. Потрите руки друг о друга до его полного высыхания.

3. Снимите марлю, ленточный или обычный лейкопластырь,

закрывающий стому. Используйте чистое бумажное полотенце, чтобы вытереть влагу или слизь, которая выделяется из стомы.

4. Если вы используете предварительно смазанный катетер: Откройте упаковку и перейдите к шагу 5.

Если вы используете несмазанный катетер: Откройте смазку и упаковку с катетером. Выдавите смазку на наконечник катетера для введения. Наносите ее по всей длине катетера, сжимая упаковку по мере необходимости, чтобы покрыть смазкой от $\frac{1}{3}$ до $\frac{1}{2}$ катетера.

- Вам не нужно наносить смазку на весь катетер. Ваше тело будет естественным образом выталкивать лишнюю смазку вниз по катетеру, когда он будет проходить через стому.

5. Встаньте перед унитазом. Если вы не можете стоять, можно сесть на сиденье унитаза. Откиньтесь на спинку сиденья, поставив ноги ровно на пол. Не приседайте над унитазом.

- Если вы сидите, вам может быть трудно направить катетер в унитаз. Чтобы не пролить мочу, используйте контейнер для сбора мочи.
- Если вы не можете провести процедуру катетеризации в ванной комнате, перейдите в отдельное помещение. Вы можете использовать контейнер для сбора мочи.

6. Осторожно вставьте наконечник в стому. Медленно вводите катетер через стому в стомный мешок, пока не начнет вытекать моча. Позвольте моче стечь в унитаз или контейнер.

Важно набраться терпения, так как этот процесс может занять от 5 до 10 минут. Придерживайте вставленный катетер, пока моча не прекратит вытекать.

- Если вы используете катетер с прямым наконечником: Если моча не вытекает, осторожно извлеките катетер на 1–2 дюйма (2,5–5 сантиметров). Медленно поверните катетер (покрутите его на месте) примерно на пол-оборота, затем верните его на место.
- Если вы используете катетер с изогнутым наконечником: Если моча не вытекает, измените положение тела (см. шаг 7). Не

поворачивайте катетер. Вращение может вызвать дискомфорт.

7. Измените положение тела и посмотрите, выделяется ли моча. Например, если вы наклоняетесь вперед, попробуйте отклониться назад или повернуться в разные стороны. Изменение положения может помочь вывести мочу из кармана стомного мешка, в котором она могла скопиться. Возможно, вам придется несколько раз сменить положение, чтобы полностью опорожнить стомный мешок.
8. Когда закончите, смойте мочу в унитаз. Если вы использовали контейнер, вылейте мочу в унитаз и смойте ее.
9. Медленно и осторожно извлекайте катетер из стомы. Если вытекает моча, подождите, пока вся она не вытечет, затем возобновите извлечение катетера.
 - Если вы используете катетер с прямым наконечником: Извлекая катетер, вы можете повернуть его на $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ оборота в каждую сторону. Это поможет убедиться, что вся моча вытекла.
 - Если вы используете катетер с изогнутым наконечником: Не вращайте катетер при его извлечении. Вращение может вызвать дискомфорт.
10. Выбросьте катетер.
11. Вытрите смазку, которая выделяется из стомы, чистым бумажным полотенцем. Вы также можете промыть участок вокруг стомы водой с мылом. Обязательно полностью высушите участок.
12. Вымойте руки в соответствии с шагом 2 выше.
13. Закройте стому новой марлей, ленточным или обычным лейкопластырем.

Очистка принадлежностей

Катетер

Важно использовать новый катетер каждый раз, когда вы опорожняете свой стомный мешок. Повторное использование катетера может повысить риск инфицирования.

Если вам необходимо повторно использовать один и тот же катетер, его следует промывать после каждого использования.

Аккуратно вымойте катетер вручную теплой водой с мягким мылом. Хорошо промойте катетер теплой проточной водой. Убедитесь, что вода проходит через внутреннюю часть катетера, чтобы смыть все мыло.

Когда закончите, аккуратно встряхните катетер, чтобы удалить лишнюю воду. Высушите катетер на чистом полотенце или бумажной салфетке, затем положите его в пластиковый пакет (например, Ziploc®) и храните в чистом месте.

Контейнер

Если вы использовали контейнер для сбора мочи, вымойте его теплой водой с мылом. Дайте ему высохнуть на воздухе, на чистой поверхности.

Уход за стомным мешком и стомой

Ниже приведены советы, которые помогут вам ухаживать за стомой и стомным мешком.

Контроль подтекания

Подтекание мочи из стомы в течение первых нескольких недель после операции является нормальным явлением. Это происходит потому, что стомному мешку нужно время, чтобы растянуться и приспособиться к удержанию мочи. Небольшое постоянное подтекание мочи также является нормой.

Чтобы контролировать подтекание в течение дня, соблюдайте график катетеризации и регулярно опорожняйте стомный мешок. При несвоевременном опорожнении стомный мешок может переполниться и начать подтекать.

Также полезно иметь план по контролю подтекания в течение дня. Это подразумевает необходимость иметь при себе дополнительную одежду и принадлежности, такие как марля, ленточный или обычный

лейкопластырь.

Чтобы контролировать ночное подтекание, не пейте много жидкости за несколько часов до сна. Также полезно опорожнять стомный мешок непосредственно перед сном.

Вы также можете носить прокладки, используемые при недержании мочи, или нижнее белье поверх стомы. Они помогают впитывать подтекание и защищают одежду, пока вы спите.

Поговорите со своей лечащей командой, если через 6 недель после операции у вас все еще сохраняется подтекание.

Установка катетера

Иногда у вас могут возникнуть проблемы с введением катетера через стому в стомный мешок. Одной из причин этого может быть закупорка. Распространенными причинами закупорки является скопление слизи, отек или раздражение стомы.

Нервозность также может затруднить введение катетера через стому в стомный мешок. Возникающее напряжение вашего тела затрудняет введение катетера.

Если у вас возникли проблемы с установкой катетера, воспользуйтесь следующими советами:

- **Расслабьтесь и сделайте глубокий вдох.** Постарайтесь максимально расслабить свое тело и разум до и во время катетеризации. Глубокий вдох поможет расслабить мышцы и облегчит введение катетера.
- **Сделайте перерыв.** Если при попытке введения катетера вы продолжаете испытывать сопротивление, не вводите его силой. Это может нанести вам вред. Остановитесь и сделайте перерыв. Повторите попытку через 10 минут.
- **Используйте катетер меньшего размера.** В экстренных случаях используйте катетер на один размер меньше, чем тот, которым вы обычно пользуетесь. Например, если вы используете катетер размера

14 French (FR), попробуйте вместо него использовать катетер размера 12 FR.

Поговорите со своей лечащей командой, если у вас возникли проблемы с установкой катетера. Возможно, им придется понаблюдать за тем, как вы устанавливаете катетер, чтобы понять, почему у вас возникают проблемы. Они покажут вам, как исправить ситуацию, и помогут потренироваться в установке катетера. Если у вас по-прежнему возникают проблемы, возможно, вам придется изменить тип используемого катетера.

Решение проблем с опорожнением

При наличии стомного мешка часто возникают проблемы с опорожнением. Одним из видов проблем является неполное опорожнение. Это происходит в том случае, когда во время катетеризации не удается полностью вывести мочу из стомного мешка.

Неполное опорожнение может привести к повышенному риску инфицирования, а также риску образования кристаллов солей в почках. Без надлежащего лечения кристаллы солей в почках могут превратиться в камни. Поэтому важно полностью опорожнять стомный мешок и следить за его наполнением. Это может занять некоторое время, но вы должны сделать этот шаг.

Слизь также может стать причиной проблем с опорожнением. Выделение слизи из стомы является нормальным явлением. Однако если слизь густая или ее много, она может закупорить катетер и препятствовать опорожнению. Для разжижения слизи пейте больше воды.

Чтобы предотвратить скопление слизи, также полезно часто орошать (промывать) стомный мешок.

Использование смазки

Перед катетеризацией обязательно нужно смазывать катетер. Благодаря смазке катетер легко входит в стому с меньшим трением (натиранием) между катетером и нежными тканями стомы. Она также помогает предотвратить раздражение, боль и повреждение слизистой стомы,

например, ее разрывов или царапин.

Одним из вариантов является использование смазки на водной основе, например, K-Y Jelly. Смазка на водной основе предназначена для медицинского использования и является безопасной для вашего тела.

Другим вариантом является использование предварительно смазанных катетеров. Они поставляются с уже нанесенной на них смазкой и готовы к использованию прямо из упаковки.

Не используйте смазку на силиконовой основе. Она может стать причиной разрушения или ослабления материала катетера с течением времени.

Не используйте вазелин (например, Vaseline) в качестве смазки. Он может привести к закупорке катетера.

Контроль стеноза

Стеноз — сужение отверстия стомы, при котором оно становится очень маленьким и плотным. Стеноз может возникнуть в любой момент после операции.

Для контроля стеноза используйте катетер меньшего размера, который помещается в суженное отверстие стомы. Это облегчит отведение мочи.

Поговорите со своей лечащей командой, если у вас возникли проблемы с контролем стеноза, такие как установка катетера или постоянные проблемы с опорожнением.

Когда звонить лечащей команде

Немедленно позвоните в офис своего врача, если у вас:

- проблемы с установкой катетера, отведением мочи из стомного мешка или орошением стомного мешка;
- кровь в моче;
- боль в животе, между ребрами или дискомфорт в пояснице;

- признаки наличия инфекции, например:
 - температура 101 °F (38,3 °C) или выше;
 - озноб;
 - мутная моча или моча темного цвета;
 - неприятный запах мочи;
 - слизь густая или ее больше, чем обычно.

Если у вас есть вопросы или опасения, позвоните своему медицинскому сотруднику. Специалист вашей лечащей команды ответит на звонок с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00. В другое время вы можете оставить сообщение или поговорить с другим врачом центра MSK. Вы всегда можете связаться с дежурным врачом или медсестрой/медбратом. Если вы не знаете, как связаться со своим медицинским сотрудником, позвоните по номеру 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

How To Care for Your Continent Cutaneous Diversion - Last updated on July 18, 2025
Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center