Seri Edukasi Pasien:

Memahami Kolostomi

Kelompok Kerja Perawatan Stoma

Desember 2020

PEP-Colostomy_202012
Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Daftar Isi

	Item	Halaman
I	Memahami sistem pencernaan Anda	3-4
II	Diagnosis umum pra operasi	5-7
III	Memahami kolostomi Anda	8
IV	Kesadaran mengenai kolostomi	9
	● Alasan utama untuk operasi kolostomi	10
	● Jenis-jenis kolostomi	10-11
	● Perawatan pasca operasi	12
	● Tips perawatan	13-14
	● Metode perawatan kolostomi	15-17
	● Barang-barang untuk perawatan stoma	18-23
V	Masalah umum kolostomi dan cara menanganinya	24
VI	Masalah umum dengan stoma dan cara menanganinya	25-26
	● Komplikasi umum denga stoma dan cara menanganinya	27
	● Hidup setelah pemulihan	28-31
VII	Kekhawatiran umum	32-33
VIII	Di mana saya bisa mencari bantuan jika mengalami masalah stoma?	34

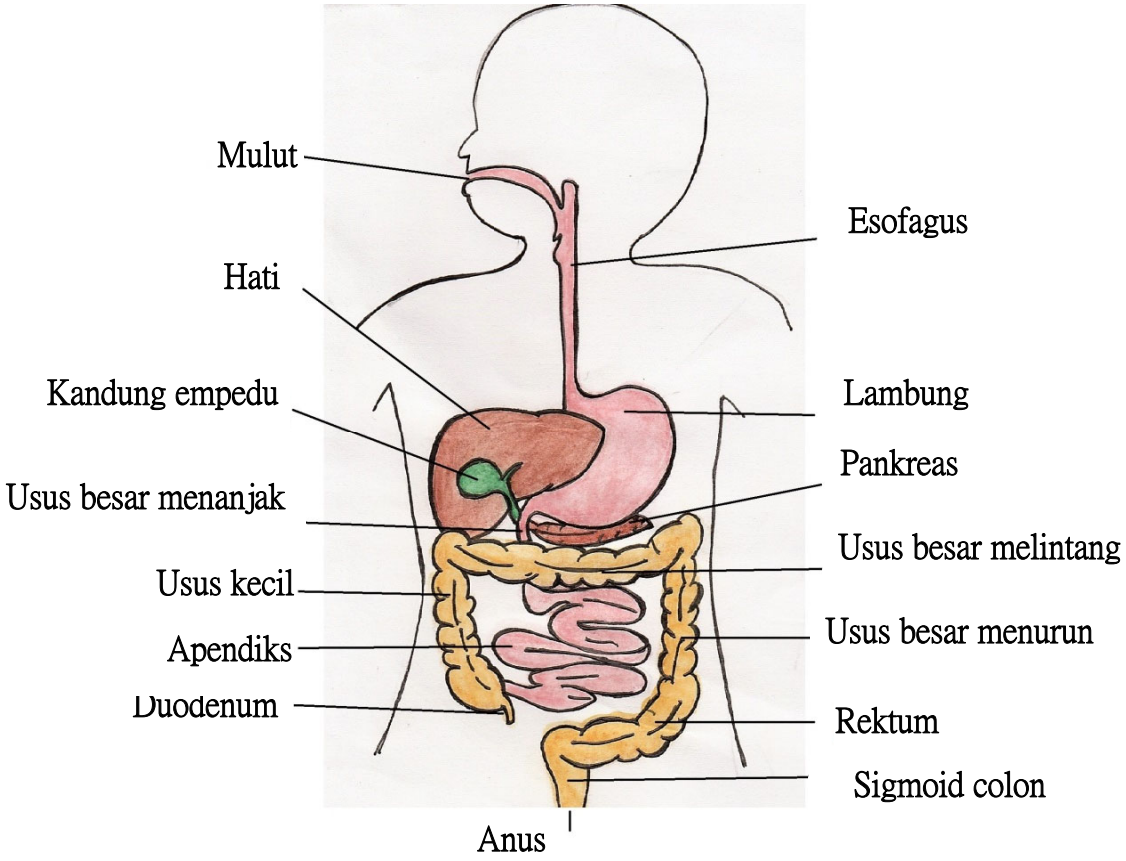
Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Memahami sistem pencernaan Anda

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Memahami sistem pencernaan Anda

- Sistem pencernaan, juga dikenal sebagai saluran pencernaan, adalah organ yang mengumpulkan makanan, mencernanya, menyerap nutrisi dan mengeksresikan sisa makanan.
- Setelah dikunyah di mulut, makanan akan masuk ke perut melalui esofagus, di mana awalnya akan dicerna lalu masuk ke usus kecil melalui duodenum. Pada usus kecil, makanan dicerna lebih lanjut dan sebagian besar nutrisi dan air diserap.
- Usus besar, rektum dan anus adalah bagian terakhir dari sistem pencernaan. Peran usus besar adalah untuk menarik air dan elektrolit dari sisa materi yang dapat dicerna di usus, mengubah residu yang tidak diinginkan menjadi feses semi-padat atau padat. Kotoran disimpan di rektum dan, pada waktunya, dikeluarkan melalui anus.



Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Diagnosis umum pra operasi

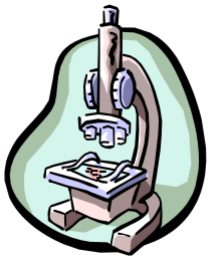
Catatan: Dokter akan memutuskan metode diagnosis yang digunakan bergantung pada tahap kondisi.

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Diagnosis umum pra operasi

Pengetesan feses

- Pemeriksaan pendarahan dalam.



Pemeriksaan anorektal

- Dokter memeriksa langsung anus dan rektum pasien dengan jarinya untuk mengecek kelainan di area ini.

Pemeriksaan endoskopi

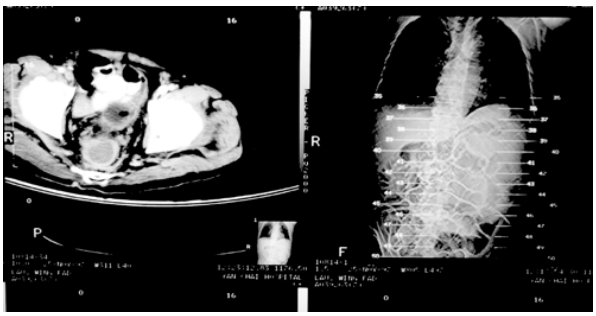
- Visualisasi langsung usus besar dan rektum; biopsi dapat dilakukan jika abnormal.

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Diagnosis umum pra operasi

Pemindaian komputer (CAT Scan/ CT Scan)

- Dengan penggunaan teknologi komputer dan mesin X-ray berputar, gambar penampang tubuh dibuat, sehingga dokter dapat mengidentifikasi lokasi luka secara lebih akurat.



MRI

- Medan magnet yang kuat digunakan untuk membuat gambar penampang tubuh, memungkinkan dokter untuk memeriksa kondisi jaringan tubuh

Positron dan pemindaian dupleks terkomputerisasi (PET scan)

Ini adalah dua tes yang menggabungkan fungsi sel dan struktur tubuh. PET scan menunjukkan metabolisme sel, sementara CT scan memberikan gambar organ dan struktur tumor dalam tubuh. Gabungan gambar dari kedua pemindaian akan memberikan indikasi akurat mengenai lokasi tumor.

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Memahami kolostomi Anda

PEP-Colostomy_202012
Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Kesadaran mengenai kolostomi

- Stoma umumnya dikenal sebagai 'anus buatan'.
- Usus besar atau rektum diangkat sebagian dan kemudian dijahit sementara atau permanen ke perut untuk membuat bukaan baru yang berfungsi untuk mengeluarkan kotoran dari tubuh.
- Karena tidak ada sfingter pada stoma, pasien tidak merasakan sensasi buang air besar dan tidak dapat mengontrol pengeluarannya, sehingga kantong stoma perlu dipasang pada stoma untuk mengumpulkan kotoran.

Bentuk kolostomi

- Wujudnya berukuran bervariasi dan umumnya bulat atau oval, dengan tekstur lembut.
- Permukaan stoma adalah jaringan mukosa yang dilapisi oleh banyak pembuluh darah mikroskopis dan berwarna merah terang.

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

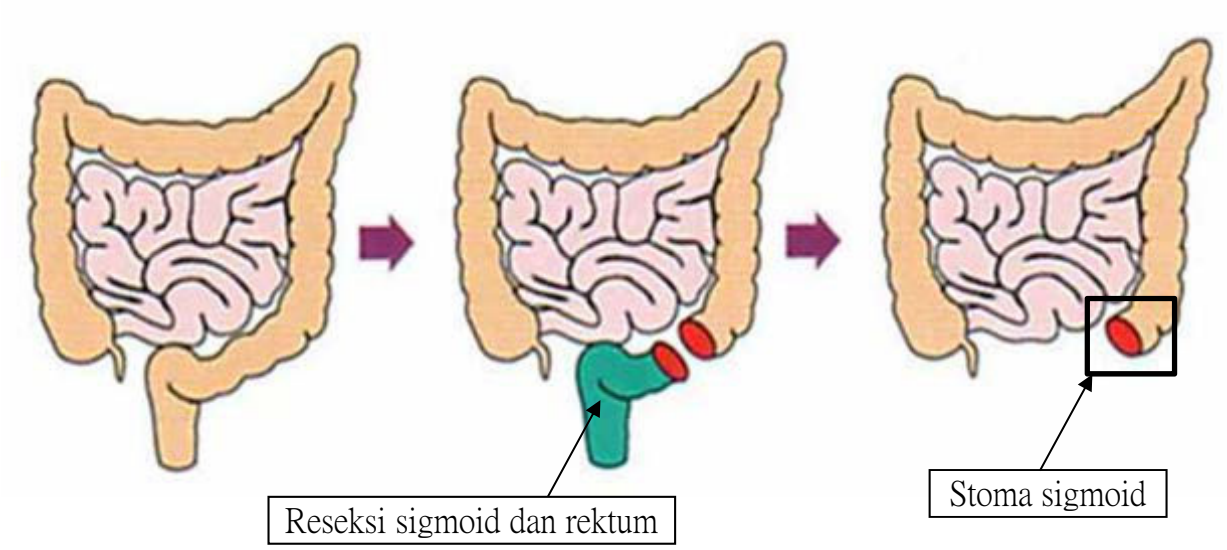
Alasan utama untuk operasi kolostomi

- Tumor pada usus besar atau rektum
- Cedera atau nekrosis pada sebagian usus besar
- Fistula usus besar
- Pengeluaran feses tidak terkendali atau terganggu parah
- Kelainan bawaan, seperti atresia

Jenis-jenis kolostomi

Stoma usus besar menurun atau sigmoid

- Biasanya terletak pada sisi kiri perut.
- Stoma jenis ini dapat bersifat sementara atau permanen.
- Pada saat kotoran mencapai usus besar menurun atau sigmoid, sebagian besar air telah diserah, sehingga kotoran sifatnya sama dengan feses normal.



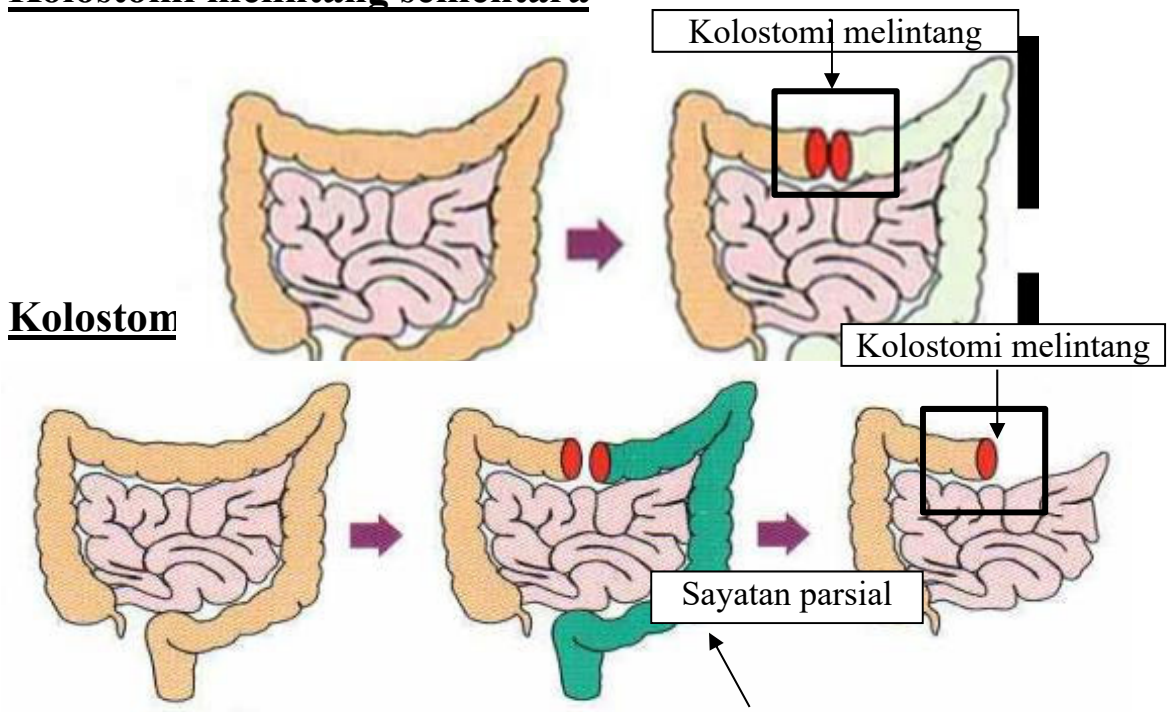
Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Jenis-jenis kolostomi

Kolostomi melintang

- Stoma jenis ini dapat bersifat sementara atau permanen.
- Dapat berada pada sisi kiri, tengah atau kanan perut.
- Karena kotoran hanya melewati sebagian usus besar, air belum diserap sepenuhnya, sehingga kotoran tampak encer dan dapat mudah mengiritasi kulit.

Kolostomi melintang sementara



Kolostom

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Perawatan pasca operasi

- Pada masa pasca operasi dini, luka dan kulit di sekitar stoma dapat terasa nyeri dan mungkin diperlukan obat untuk meredakan nyeri.
- Stoma biasanya mulai mengeluarkan gas sekitar dua hingga tiga hari setelah operasi, diikuti oleh kotoran berair dan kotoran encer.
- Staf perawat akan bertanggung jawab atas perawatan stoma Anda pada masa pasca operasi dini. Akan tetapi, selama Anda memulih, perawat stoma akan mengajari Anda dan keluarga cara merawat stoma dan membeli barang-barang persediaan untuk stoma.

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Tips perawatan

- Stoma akan membengkak pada masa awal pasca operasi; biasanya mulai menyusut dalam satu hingga dua minggu dan berhenti menyusut setelah satu hingga dua bulan. Oleh karena itu, ukuran kantong stoma yang Anda potong juga akan berbeda-beda bergantung pada ukuran stoma tersebut.

- Ukur ukuran stoma dengan benar - terlalu besar atau terlalu kecil tidaklah tepat. Jika terlalu besar, kulit akan mudah teriritasi oleh feses sehingga mengakibatkan kerusakan kulit. Jika stoma terlalu kecil, stoma akan mudah rusak atau peredaran darah di dalam stoma akan terganggu.

- Awasi kelainan pada warna stoma. Stoma sendiri berwarna merah cerah, seperti warna bagian dalam bibir. Jika terjadi perubahan warna pada stoma, seperti biru atau hitam, sebaiknya segera hubungi dokter.

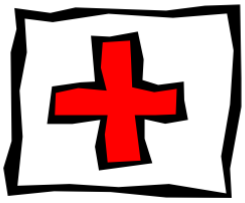
Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Tips perawatan

- Saat membersihkan kulit di sekitar stoma, jangan gunakan cairan antiseptik karena dapat mengiritasi stoma dan membuat kulit kering.

- Karena permukaan stoma diselubungi oleh pembuluh darah mikroskopis, stoma umumnya mudah rusak dan berdarah selama proses perawatan. Anda dapat menghentikan pendarahan dengan menekan area tersebut secara perlahan dengan tisu lembut selama dua hingga tiga menit.

- Akan tetapi, jika terdapat darah dalam kotoran atau jika darah bocor dari stoma, perlu segera mencari bantuan dokter.



Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Metode perawatan kolostomi

Barang-barang yang dibutuhkan

(1) Kapas tidak berminyak, tisu lembut atau tissue basah bebas alkohol/bebas losion

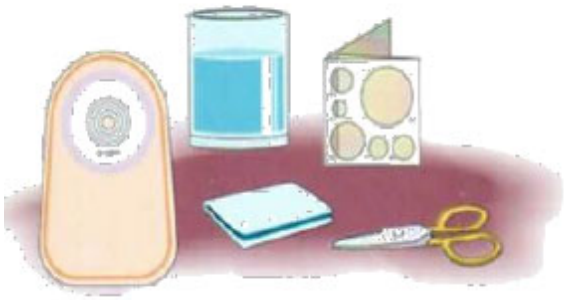
(2) Gunting (dapat berupa ujung melengkung agar lebih mudah digunakan)

(3) Penggaris stoma

(4) Pena

(5) Air hangat

(6) Kantung stoma yang tepat



Catatan

- Seka dengan kapas, tisu lembut atau tisu basah bebas alkohol/bebas losion untuk menghindari kerusakan stoma dan kulit di sekitarnya.

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Metode perawatan kolostomi

Prosedur perawatan

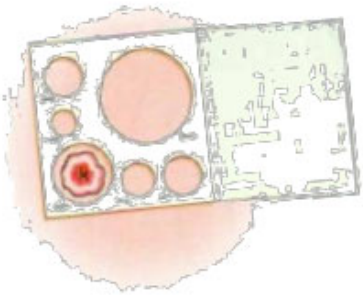
(1) Persiapkan barang-barang yang diperlukan dan letakkan di tempat yang tepat.

(2) Cuci tangan.

(3) Secara perlahan tarik kantung stoma ke atas dan ke bawah, gunakan tangan Anda yang sebelah untuk secara perlahan menekan kulit seraya mengeluarkannya sehingga tidak robek.

(4) Bersihkan stoma dan kulit di sekitarnya dengan kapas lembab, tisu lembut atau tisu basah bebas alkohol/bebas losion. Jika area di sekitar stoma sangat kotor, cuci dengan sabun lembut dan bersihkan dengan air.

(5) Setelah dibersihkan, keringkan kulit di sekitar stoma.



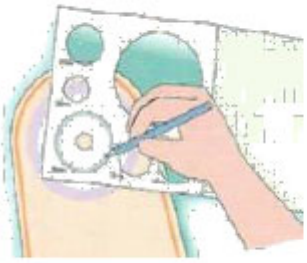
(6) Ukur stoma dengan penggaris stoma tinggalkan jarak sekitar 2-3 mm di sekeliling stoma.

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Metode perawatan kolostomi

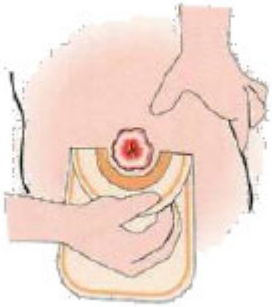
(7) Gambarkan hasil pengukuran pada panel kulit di bagian belakang kantong stoma dengan pena.

(8) Dengan gunting, potong strip perawatan di belakang kantung stoma hingga ukuran yang telah digambar.



(9) Pastikan kulit dalam kondisi kering.

(10) Lepaskan kertas yang menempel pada bagian belakang strip perawatan dan masukkan seluruh kantung ke dalam stoma.



Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Barang-barang untuk perawatan stoma

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Barang-barang untuk perawatan stoma

Kantung kedap udara satu bagian

- Cocok untuk kotoran padat

Kantung terbuka satu bagian

- Cocok untuk kotoran berbentuk pasta atau cairan

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

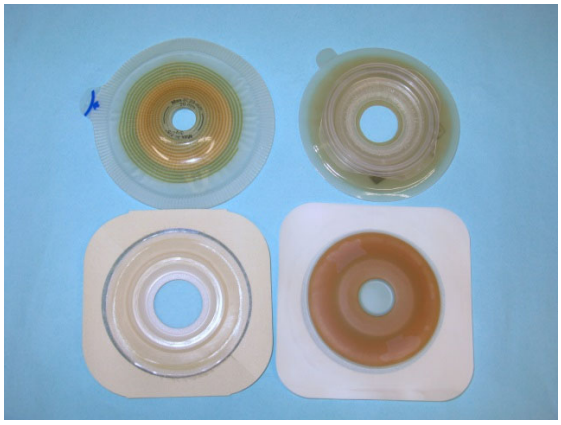
Barang-barang untuk perawatan stoma

Kantung stoma dua bagian

- Perlu mencocokkan ukuran cincin karet pada alas bantalan

Bantalan perawatan kulit permukaan

- Cocok untuk digunakan dengan stoma yang dapat ditarik

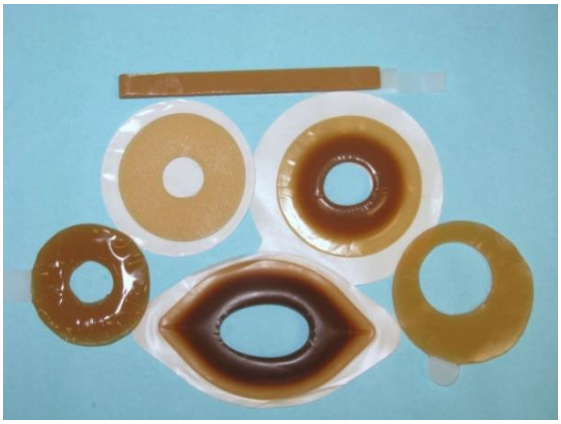


Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Barang-barang untuk perawatan stoma

Pasta anti bocor, strip anti bocor atau cincin plastik anti bocor

- Cocok digunakan dengan stoma yang dapat ditarik atau lipatan kulit di sekitar stoma



Masker perawatan kulit

- Tersedia dalam bentuk tisu basah, semprotan atau gel
- Untuk melindungi kulit di sekitar stoma

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Barang-barang untuk perawatan stoma

Film cairan

- Tersedia dalam bentuk tisu basah atau aerosol
- Melarutkan sisa krim atau lem anti bocor pada kulit

Bedak perawatan kulit

- Untuk digunakan pada kulit yang rusak

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Barang-barang untuk perawatan stoma

Lembaran karbon

- Pengeluaran gas dan penyaringan bau

Ikat pinggang stoma

- Memperkuat fiksasi kantung stoma

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Kolostomi

Masalah umum dan cara menanganinya

PEP-Colostomy_202012
Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Masalah umum dengan stoma dan cara menanganinya

Kerusakan kulit

(1) Pembukaan yang berlebihan pada strip perawatan

- Terlalu banyak jarak antara stoma dan strip perawatan, mengakibatkan kemerahan dan nyeri akibat iritasi karena feses.
- Ukuran stoma harus diukur secara hati-hati dan kantung perlu dipotong sesuai instruksi perawat.

(2) Pergantian kantung stoma yang sering dan tidak diperlukan

- Biasanya kantung akan setengah penuh sebelum perlu diganti, dan secara rata-rata hanya satu atau dua kantung yang perlu diganti setiap hari.
- Jika mengalami diare, Anda dapat mengganti dengan kantung terbuka untuk waktu singkat sehingga tidak perlu mengganti kantung stoma beberapa kali.

(3) Kantung stoma yang bocor, tidak diganti sesegera mungkin.

(4) Alergi terhadap produk stoma. Konsultasikan dengan perawat stoma Anda untuk saran mengenai pergantian ke merk produk stoma lainnya.

(5) Jika kulit di sekitar stoma tertutup oleh rambut, cara terbaik untuk menghilangkan rambut di sekitar stoma adalah dengan memotongnya jika ini menyebabkan peradangan folikel rambut akibat pelepasan strip perawatan secara sering

(6) Penggunaan pembersih kuat atau cairan antiseptik untuk membersihkan kulit dapat menyebabkan kemerahan. Jika kulit di sekitar stoma kotor, gunakan sabun pembersih lembut.

(7) Saat memperhatikan adanya kulit gatal, nyeri atau memerah, Anda dapat menghubungi perawat stoma untuk perawatan yang tepat.

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Masalah umum dengan stoma dan cara menanganinya

Konstipasi

- Minum air dan minuman lainnya yang cukup, dan makan makanan berserat tinggi seperti sayur-sayuran dan buah-buahan dalam jumlah yang sesuai.
- Olahraga yang cukup juga dapat membantu pergerakan usus.
- Jika Anda mengalami keram perut dan stoma tidak mengeluarkan kotoran atau Anda muntah, mungkin Anda mengalami gangguan usus dan perlu mencari bantuan dokter sesegera mungkin.

Diare

- Mungkin diakibatkan oleh alergi terhadap jenis makanan tertentu atau mengonsumsi antibiotik.
- Untuk mencegahnya, hindari makanan yang dapat menyebabkan alergi usus.
- Jika terjadi diare, bergantilah menggunakan kantung terbuka untuk sementara.
- Jika diarenya parah, perlu konsultasi dengan dokter sesegera mungkin.

Bau dan aroma tidak sedap

- Ini umum terjadi pada kolostomi dan sebagian besar kantung stoma sekarang dipasangi lembaran karbon untuk menyaring bau.

Gas dalam lambung dan usus

- Jangan makan terlalu cepat untuk menghindari tertelan udara, yang dapat mengakibatkan gas dalam jumlah besar.
- Disarankan untuk membatasi konsumsi makanan yang menyebabkan bau dan sejumlah besar gas, seperti seledri, brokoli, ubi, bir, kari, bawang bombay dan makanan pedas.

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Komplikasi umum dengan stoma dan cara menanganinya

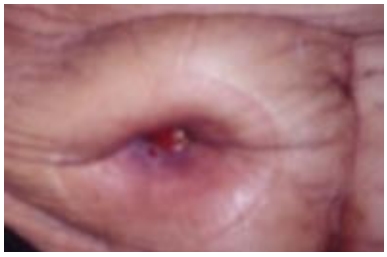
Hernia parastomal

- Ini mengacu pada pembentukan hernia pada usus dalam perut melalui kerusakan di samping stoma, membentuk hernia parastomal.
- Hernia mempengaruhi penampilan dan menyebabkan ketidakrataan pada kulit di sekitar stoma, yang dapat berujung pada kebocoran kantung stoma dan bahkan, pada kasus yang parah, penyumbatan usus atau nekrosis usus terlokalisasi.

Prolaps stoma

- Ini mengacu pada bagian kecil usus yang mencuat keluar dari stoma.
- Prolaps dapat mengakibatkan stoma rentan terhadap cedera.

Retraksi stoma



- Mengacu pada penyempitan stoma di bawah permukaan kulit.
- Retraksi stoma dapat mengakibatkan kebocoran dan kerusakan kulit pada kantung stoma dan strip perawatan.

Penyempitan stoma

- Penyempitan pada saluran pembuangan stoma, mengakibatkan pergerakan usus yang terasa tidak nyaman.

Solusi

Jika ini terjadi, Anda perlu menghubungi perawat stroma atau dokter sesegera mungkin.

PEP-Colostomy_202012
Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

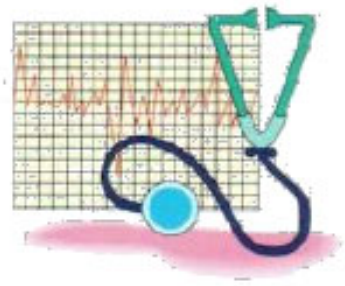
Hidup setelah pemulihan

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Hidup setelah pemulihan

1. Pemeriksaan teratur

- Janji temu pemeriksaan lanjutan teratur diperlukan setelah pemulangan, awalnya setiap satu hingga dua bulan dan berangsur-angsung setiap enam bulan atau satu tahun.
- Mohon bawa satu set kantung stoma tambahan pada setiap janji temu pemeriksaan lanjutan agar dapat diganti oleh perawat stoma atau dokter.



2. Mandi

- Begitu luka telah sembuh sepenuhnya, Anda boleh mandi. Anda dapat melepaskan strip perawatan dan kantung stoma saat mandi dan menikmati diri sendiri, karena air tidak akan masuk ke dalam tubuh melalui stoma.

- Jika Anda memilih untuk mandi dengan kantung stoma tetap terpasang, Anda dapat menggunakan plester anti air di sekitar strip perawatan untuk mencegah air masuk melalui strip.

3. Pakaian

- Pada dasarnya, pakaian jenis apapun dapat dikenakan, selama tidak menempel ketat pada stoma dan mengakibatkan tekanan pada stoma.

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Hidup setelah pemulihan

4. Bekerja

- Setelah beristirahat singkat untuk memulihkan kekuatan, Anda dapat kembali bekerja seperti biasa. Akan tetapi, Anda direkomendasikan untuk tidak mengangkat barang-barang berat selama dua hingga tiga bulan setelah operasi untuk menghindari hernia parastomal.

5. Olahraga

- Olahraga pada umumnya tidak mempengaruhi stoma, seperti berenang dan berlari. Akan tetapi, olahraga yang terlalu berat dan melibatkan kontak fisik, seperti tinju atau angkat berat, perlu dihindari.

6. Berpergian

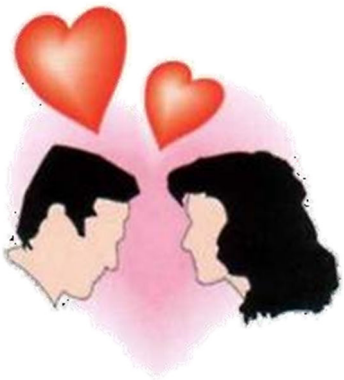
- Yang perlu Anda lakukan hanyalah bersiap-siap dan merencanakan dengan baik untuk menikmati perjalanan Anda. Bawa persediaan yang cukup dan simpan sebuah kantung stoma yang telah dipotong dalam tas bawaan Anda kalau-kalau perlu menggantinya kapanpun. Berpergian dengan mobil, pesawat atau kapal tidak akan mempengaruhi stoma dengan cara apapun.

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Hidup setelah pemulihan

7. Kehidupan seks

- Stoma bukanlah halangan untuk berhubungan seks. Jika Anda berbicara dengan pasangan dan memberi mereka waktu untuk menerima stoma Anda, Anda akan dapat memiliki kehidupan seks normal. Beberapa orang mungkin memilih untuk berhubungan seks dengan kantung stoma yang lebih kecil.



8. Pola makan

- Kecuali Anda memiliki kondisi medis lain seperti diabetes atau hipertensi, pasien dengan kolostomi tidak perlu menghindari makan selama mereka memiliki pola makan seimbang dan makan secara teratur.
- Sangat mencoba makanan baru, penting untuk melakukan pendekatan bertahap dan tidak makan terlalu banyak sekaligus untuk menghindari reaksi negatif. Kurangi konsumsi makanan yang sulit dicerna, seperti rumput laut dan jamur. Makan lebih banyak sayur-sayuran dan buah-buahan segar. Bawang bombay, ubi, brokoli, seledri, bawang putih, bir, keju, dadih, ikan asin, kari, dll. dapat menghasilkan banyak bau atau gas dan perlu dipertimbangkan kembali.

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Kekhawatiran umum

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Kekhawatiran umum

Apakah orang dengan stoma perlu menghindari makanan tertentu?

- Orang dengan stoma perlu makan dengan pola seimbang setiap hari, seperti layaknya orang biasa, dan tidak perlu menghindari makan.
- Orang Cina terbiasa menghindari makan udang, kepiting, telur dan sapi setelah sakit, namun ini tidaklah perlu.

Apakah pengangkatan sebagian usus besar mempengaruhi kapasitas penyerapan?

- Fungsi utama usus besar adalah menyerap air dan elektrolit, menyimpan dan mengeluarkan kotoran. Pengangkatan sebagian usus besar sama sekali tidak berdampak terhadap penyerapan nutrisi.

Bagaimana cara mengelola reaksi stoma terhadap makanan?

- Walaupun beberapa makanan dapat menyebabkan reaksi pada pasien stoma, jika makanan ditangani dengan benar, pasien stoma dapat makan sebanyak yang mereka inginkan.
- Jika Anda makan makanan yang memproduksi gas dan bau, Anda dapat menggunakan lembaran karbon untuk memecahkan masalah ini.
- Untuk stoma yang sedikit menyempit, makanan yang tidak dapat dicerna dapat dikunyah dan dimakan secukupnya untuk meredakan gangguan.
- Karena itu, pasien stoma tidak perlu terlalu khawatir tentang pola makan mereka.

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved

Di mana saya bisa mencari bantuan jika mengalami masalah stoma?

- **Perawat Stoma**
- **Ahli Bedah**
- **Aplikasi Stoma Care** **(Anda dapat memindai kode di sebelah kiri untuk mengunduh aplikasi untuk informasi lebih lanjut)**

- **Situs web HA Smart Patient** **(Anda dapat memindai kode di sebelah kanan untuk informasi lebih lanjut)**

Copyright © 2023 Hospital Authority. All rights reserved