

Tu guía para una piel sana alrededor de tu estoma



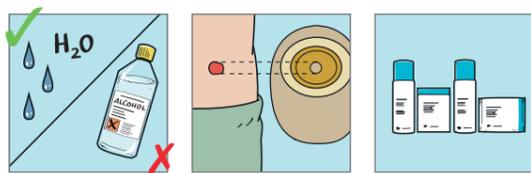
Tu dispositivo de ostomía está diseñado para proteger tu piel del efluente (heces o orina). El adhesivo de tu dispositivo de ostomía se adhiere mejor a la piel sana, limpia y seca. Esto reduce el riesgo de fugas, que es una de las principales causas de irritación cutánea.

Mantener una piel saludable a menudo se reduce a verificar que estás aplicando y retirando correctamente tu dispositivo de ostomía y con la frecuencia adecuada. El tiempo entre cambios variará para cada persona.

Utilizar el proceso de 'Aplicar, Retirar, Comprobar' descrito aquí ayudará a garantizar que estás siguiendo la rutina adecuada.

APLICAR >

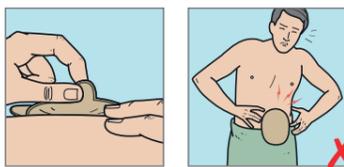
Aplicar el disco sobre la piel limpia y seca mantiene tu dispositivo de ostomía firmemente en su lugar para proteger tu estoma de fugas e irritación cutánea. El disco debe ajustarse perfectamente alrededor de tu estoma. Accesorios, como anillos o pasta, pueden ayudarte a lograr un ajuste perfecto.



RETIRAR >

El dispositivo de ostomía debe retirarse con cuidado para proteger la piel alrededor del estoma.

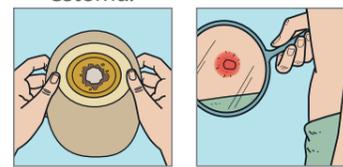
Tira de la lengüeta de extracción hacia abajo para despegar el disco de la piel. Retira suavemente el disco de arriba abajo. Aplica una ligera presión sobre la piel con la otra mano. Independientemente de tu rutina de cambio de dispositivo, debes cambiarla si sientes picor o quemazón.



COMPROBAR >

Puedes comprobar tu disco inmediatamente, pero debe esperar unos minutos antes de examinar la piel que ha estado cubriendo. Si es necesario, utiliza un espejo para examinar la piel. Si experimentas uno o varios de los signos siguientes, puede deberse a que necesitas cambiar de dispositivo más a menudo o utilizar otro diferente:

- Erosión del disco
- Fugas en el disco en la piel
- Piel irritada o descolorida alrededor del estoma.



Antes del uso, consulte siempre el documento "Instrucciones de uso" que se entrega con los productos.

¿Cómo luce una piel saludable?

La piel sana periestomal tiene el mismo aspecto que la piel del resto del abdomen.



Sabías que...

Las irritaciones cutáneas suelen confundirse con la alergia, que sólo se produce en muy raras ocasiones

Si tienes una reacción alérgica, toda la zona que ha estado en contacto con el adhesivo estará irritada y descolorida, posiblemente también acompañada de escozor, picor y quemazón.

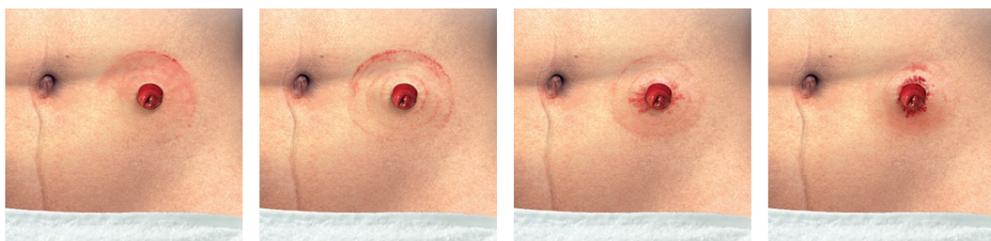


Prevención y tratamiento de las irritaciones cutáneas

Las irritaciones de la piel son un problema común para las personas con un estoma. Si observas algún cambio en el aspecto y color de la piel alrededor de tu estoma en comparación con la piel del resto de tu abdomen, probablemente tengas una irritación cutánea.

Esta guía ha sido diseñada para ayudarte a evaluar tu piel para que puedas manejar las irritaciones leves de la piel y saber cuándo buscar ayuda de tu profesional sanitario en caso de irritaciones más severas.

Ejemplos de irritaciones cutáneas leves



Las ilustraciones muestran cuatro tipos de irritaciones cutáneas leves. Por lo general, las irritaciones leves pueden resolverse por sí mismas (véase el reverso)

Ejemplos de irritaciones cutáneas graves



Las ilustraciones muestran cuatro variedades de irritaciones cutáneas graves. Los síntomas son marcas azul oscuro/morado, supuración, sangrado, ardor o picor en la piel alrededor del estoma. Para solucionarlo, es necesaria la ayuda de un profesional sanitario (véase el reverso).

La mejor forma de prevenir cualquier irritación en la piel que rodea tu estoma es revisarla regularmente para confirmar que sigues la rutina correcta de cambio de dispositivo.

CONTINÚE →

Comprueba si la piel periestomal está irritada

Quítate el dispositivo y espera unos minutos antes de revisar tu piel.

PIEL SANA

¿La piel periestomal es del mismo color que la del resto del abdomen?

No

Sí



La decoloración de la piel indica una irritación cutánea. Puede deberse a uno o varios de los siguientes factores: fuga, presión, fricción/ desgaste u otros.



Esto indica que la piel está sana y no hay irritación. Acuérdate de revisar regularmente la piel que rodea el estoma para detectar signos de irritación cutánea.

FUGAS

¿Ves heces u orina en tu piel o en el disco?

No

Sí

¿La piel que rodea el estoma supura, sangra, arde o pica?

No

Sí

Irritación leve de la piel causada por fugas

Qué puedes hacer:

- Sigue las instrucciones de "Comprobar" del reverso.
- Consulta el enlace BodyCheck para comprobar si está utilizando el aparato correcto.

- Vacía o cambia la bolsa con regularidad para que su contenido no haga que se afloje el disco.
- Si la piel periestomal ha estado dañada durante mucho tiempo, es posible que aparezca un crecimiento excesivo de la piel. Seguir la rutina correcta de cambio de dispositivo puede ayudar a proteger la piel de la salida y detener este sobrecrecimiento.

Irritación cutánea grave causada por fugas

Te recomendamos que consultes a tu profesional sanitario. Seguir las pautas para aliviar una irritación cutánea leve causada por pérdidas también puede ayudar.

Qué puede hacer tu profesional sanitario:

- Ayudarte a cambiar a un dispositivo convexo si el estoma está a nivel de la piel o por debajo.

- Ayudarte a cambiar a un disco resistente a la erosión o probar productos especiales que sequen y curen la piel, como el polvo de ostomía.
- Asesorarte sobre cualquier otra complicación.

PRESIÓN

¿Ves marcas de presión rojas, moradas o negras en la piel periestomal, causadas por un aparato convexo, un cinturón, la ropa o el sobrepeso?

No

Sí

¿La piel que rodea el estoma es de color azul oscuro, supura, sangra, arde o pica?

No

Sí

Irritación leve de la piel causada por presión

Qué puedes hacer:

- Evita llevar cinturones o ropa que ejerzan presión sobre la zona del estoma.

Irritación cutánea grave causada por presión

Te recomendamos acudir a tu profesional sanitario y también evitar llevar cinturones o ropa que ejerzan presión sobre la zona del estoma.

Qué puede hacer tu profesional sanitario:

- Ayudarte a encontrar una solución alternativa si utilizas un producto de forma convexa.

FRICCIÓN/DESGASTE

¿Se ha desprendido la piel alrededor de tu estoma?

No

Sí

¿La piel que rodea el estoma supura, sangra, arde o pica?

No

Sí

Irritación leve de la piel causada por fricción/desgaste

Qué puedes hacer:

- Presta atención a tu técnica de retirada del disco y asegúrate de que está despegando el disco con suavidad.
- Considera la posibilidad de utilizar un retira adhesivos

o un producto protector de la piel.

- Utiliza únicamente agua tibia para lavar la piel debajo del disco.
- Ten cuidado al eliminar el vello de la piel que rodea el estoma. Corta el vello, no lo rasures.

Irritación cutánea grave causada por fricción/desgaste

Te recomendamos acudir a tu profesional sanitario. Mientras tanto, seguir las pautas anteriores para aliviar una irritación cutánea leve puede proporcionarte alivio.

Qué puede hacer tu profesional sanitario:

- Ayudarte a cambiar a otro tipo de disco con un adhesivo menos pegajoso.
- Ayudarte a modificar regularmente la posición del orificio del disco.

OTROS

Crees que sufres una irritación cutánea que no está contemplada en esta guía.

Te recomendamos que pidas ayuda a tu profesional sanitario.

Los siguientes síntomas pueden indicar que tu irritación cutánea está relacionada con una enfermedad o infección, o bien causada por una reacción alérgica:

- Cualquier tipo de herida o úlcera
- Infección fúngica (grisácea)

- Pápulas rojas con la parte superior blanca
 - Irritación en toda la zona cubierta por el disco
- Mientras tanto, asegúrate de que tu rutina de cambio de dispositivo es correcta o, de lo contrario, ajústala para garantizar que tu piel está protegida correctamente (consulta el reverso).

Ojo! Si tu piel no mejora en 7-14 días después de seguir estos consejos, pide ayuda a tu profesional sanitario.

Consejo: Tomar fotografías de la zona del estoma puede ayudarte a determinar si la irritación de la piel está mejorando.

Para obtener más ayuda: Si tienes alguna pregunta sobre el uso de esta guía o sobre tu rutina de cambio de dispositivos, ponte en contacto con tu profesional sanitario o con Coloplast® Care en el teléfono **900.210.474**