

## **Bạn và hậu môn nhân tạo của bạn**

### **Hậu môn nhân tạo là gì?**

Stoma (Hậu môn nhân tạo) là từ tiếng Hy Lạp có nghĩa là 'lỗ mở' hoặc 'miệng'. Thường có ba loại phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo:

- Thủ thuật mở thông ruột kết: Từ ruột già
- Thủ thuật mở thông hồi tràng: Từ ruột non
- Thủ thuật mở thông hệ tiết niệu: Thủ thuật mở thông hệ tiết niệu là một thủ thuật chuyển lưu nước tiểu

### **Tại sao tôi lại cần phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo?**

Bạn có thể cần tiến hành phẫu thuật vì nhiều lý do và Bác sĩ phẫu thuật và Y tá Chuyên khoa sẽ giải thích những lý do này cho bạn. Có một số loại bệnh và tình trạng khác nhau có thể cần tiến hành phẫu thuật làm hậu môn nhân tạo, như:

- Viêm loét đại tràng
- Bệnh Crohn
- Bệnh túi thừa
- Bệnh đại tiện không tự chủ
- Ung thư
- Chấn thương
- Đa polyp tuyến gia đình
- Thương tổn do bức xạ
- Dị tật bẩm sinh
- Suy bàng quang

### **Trước khi phẫu thuật**

Bạn sẽ có cơ hội gặp Bác sĩ phẫu thuật và Y tá Chuyên khoa của bạn một hoặc hai lần trước khi phẫu thuật, khi đó bạn sẽ được thông báo mọi thông tin về ca phẫu thuật, được cung cấp thông tin bằng văn bản và rất có thể là được cho xem các sản phẩm để bạn cân nhắc. Trong các buổi hẹn thăm khám trước khi phẫu thuật, bạn sẽ có thời gian đặt các câu hỏi và thảo luận về bất kỳ vấn đề nào mà bạn quan tâm. Có thể bạn muốn bắt đầu lập ra một danh sách các vấn đề cần thảo luận trước buổi hẹn thăm khám của mình để đem theo phòng khi bạn quên hỏi điều gì đó.

**Sẽ rất tốt nếu bạn đi cùng thành viên gia đình hoặc người chăm sóc đến các buổi hẹn thăm khám trước khi phẫu thuật, vì có rất nhiều thông tin cần ghi nhớ.**

Đội ngũ điều dưỡng chăm sóc hậu môn nhân tạo sẽ là nhân tố quan trọng trong suốt hành trình của bạn và sẽ sẵn sàng tư vấn và hỗ trợ cho cả bạn và gia đình/người chăm sóc của bạn.

### **Hậu môn nhân tạo của tôi sẽ trông và cảm thấy như thế nào?**

Nó sẽ mềm khi chạm vào, màu đỏ hồng và ẩm; khá giống bên trong miệng của bạn. Không có cảm giác trong hậu môn nhân tạo, nên sẽ không đau. Tuy nhiên, nó có nguồn cung cấp máu dồi dào và việc chảy máu một chút là hiện tượng bình thường, đặc biệt là khi vệ sinh. Ban đầu hậu môn nhân tạo của bạn có khả năng bị sưng và sẽ mất một vài tuần để giảm sưng. Sẽ có những mũi khâu nhỏ xung quanh mép hậu môn nhân tạo của bạn, có thể tự tiêu hoặc y tá chăm sóc hậu môn nhân tạo của bạn sẽ cắt bỏ chúng trong vòng 1-2 tuần sau khi phẫu thuật.

### **Sau khi phẫu thuật**

Khi bạn tỉnh dậy sau ca phẫu thuật, bạn sẽ cảm thấy mệt mỏi. Có thể bạn sẽ trải qua một số cảm xúc trong thời gian này và một thời gian sau đó. Những cảm xúc này ở mỗi người là khác nhau vì không ai giống ai.

Bạn có thể được gắn ống truyền và ống thông nước tiểu vào cơ thể, nhưng không có gì đáng ngại - điều này là khá bình thường. Chúng sẽ được tháo ra khi phù hợp và rất ít khó chịu.

Mỗi hậu môn nhân tạo đều khác nhau và có thể mất một khoảng thời gian để có tác dụng. Tốt nhất là bạn nên thảo luận điều này với y tá chăm sóc hậu môn nhân tạo của bạn.

### **Chăm sóc da của bạn**

Chăm sóc da của bạn là một phần quan trọng trong quá trình chăm sóc hậu môn nhân tạo của bạn.

Ngay sau khi phẫu thuật, da ở hậu môn nhân tạo của bạn và vùng da xung quanh có thể bị sưng và thậm chí là bị kích ứng một chút. Điều này là hoàn toàn bình thường sau khi phẫu thuật và chăm sóc tốt cho da sẽ cải thiện tình hình.

Bạn có thể nhận thấy rằng các yêu cầu đối với sản phẩm có thể thay đổi do những thay đổi về kích thước và hình dạng hậu môn nhân tạo. Mẫu hậu môn nhân tạo của bạn sẽ thay đổi và cần được kiểm tra ít nhất mỗi tuần một lần trong 8 tuần đầu tiên, hoặc đặc biệt nếu có thể nhìn thấy nhiều vùng da khỏe mạnh thông qua hậu môn nhân tạo.

Vùng da xung quanh hậu môn nhân tạo của bạn cần được chăm sóc và chú ý liên tục để ngăn ngừa và giảm nguy cơ đau nhức. Nếu bạn bắt đầu bị đau, rát hoặc thậm chí là bị bong da, hãy liên hệ ngay với Y tá Chăm sóc Hậu môn nhân tạo để được tư vấn điều trị phù hợp và xem có cần sử dụng các sản phẩm thay thế không.

### **Sống chung với hậu môn nhân tạo**

Khi bạn mới xuất viện, bạn sẽ cảm thấy mệt mỏi và nhận thấy những công việc hàng ngày như đi tắm giặt khiến bạn kiệt sức. Điều này là bình thường và sẽ cải thiện theo thời gian. Bạn có thể trải qua một số cơn đau và khó chịu ban đầu trong quá trình hồi phục sau phẫu thuật. Điều này là bình thường trong quá trình hồi phục. Tránh mặc quần áo bó sát trong thời gian này vì bụng của bạn có thể bị đau và sưng.

Để xức động sau khi trải qua cuộc đại phẫu là điều bình thường, vì vậy đừng lo lắng nếu bạn có những ngày 'tuyệt vọng' hoặc 'dễ khóc'. Nói chuyện với gia đình và bạn bè có thể giúp ích - đừng tự chịu đựng một mình. Y tá Chăm sóc Hậu môn nhân tạo của bạn luôn sẵn sàng hỗ trợ bạn, và có các nhóm hỗ trợ bệnh nhân cũng có thể giúp đỡ cho bạn.

Đừng ngại yêu cầu trợ giúp.

Thay túi hậu môn nhân tạo lúc đầu sẽ rất chậm, nhưng bằng việc luyện tập và khi bạn có được sự tự tin, việc này sẽ trở thành một phần trong công việc hàng ngày bình thường của bạn.