



Servicio de Cirugía General y Digestiva

Área de Cirugía Colo-Rectal y Proctología

Ileostomía

**Dr. Emilio Vicente López
Dra. Yolanda Quijano Collazo**

**Dr. Hipólito Durán Giménez-Rico
Dr. Eduardo Díaz Reques
Dra. Isabel Fabra Cabrera
Dr. Ramón Puga Bermúdez
Dr. Benedetto Ielpo**



Docencia

Hospital Madrid-Norte-Sanchinarro

ILEOSTOMIA

¿Es usted portador de una ileostomía o va a serlo?

Si esto es así, posiblemente pensará que su vida no va a ser igual. Es cierto, tendrá que aprender a controlar su estoma, una vez que lo haya conseguido, usted comprobará que podrá llevar a cabo todo lo que hacía antes de la cirugía, como: comer fuera, practicar deportes, viajar...

¿Qué es una ileostomía?

Cuando, como resultado de una cirugía, se produce la desconexión entre el intestino delgado y el intestino grueso; es necesario dar una nueva salida al contenido intestinal; esto se consigue, realizando una pequeña abertura en su abdomen llamada ileostomía.

Adaptarse a los cambios en su cuerpo.

Una ileostomía, significa un cambio en el funcionamiento de su cuerpo, es normal que se sienta ansioso o depresivo en un principio; dése tiempo para asumirlo. Una vez esto ocurra, sentirá que es parte de su vida diaria, como lavarse los dientes, afeitarse...y le será gratificante estar capacitado para comer una dieta normal y mantener una vida activa de nuevo.

La ayuda de su equipo médico.

Usted juega el principal papel en su recuperación, pero no está solo, piense que su equipo médico está para ayudar a resolver todas las dudas que surjan ante esta nueva situación. Sus componentes le explicarán el funcionamiento de su **estoma**, le ayudarán a controlarlo y a asumir los cambios en su cuerpo.

EL APARATO DIGESTIVO

El aparato digestivo comienza en la boca y termina en el ano. Boca – esófago – estómago – duodeno – yeyuno – íleon – colon – recto – ano. (Dibujo)

El intestino delgado mide aproximadamente entre 6 y 7 metros de longitud; se divide en: duodeno, yeyuno e íleon. Su principal función es la absorción de nutrientes y vitaminas; las heces son de aspecto líquido.

¿A qué se llama ileostomía?

La palabra estoma, proviene del griego y significa abertura. Un estoma digestivo, es la salida artificial de las heces, por una abertura en el abdomen a la cual queda abocada una parte del intestino, sustituyendo así la función del ano.

En la ileostomía la parte abocada del intestino al abdomen es la última porción llamada íleon; el tipo más común es la ileostomía terminal. Sus características son:

- El estoma estará situado en la parte derecha del abdomen.
- El contenido fecal será líquido (ya que no hay colon para absorber el agua de las heces) y muy irritante pues contiene jugos gástricos.
- El color del estoma deberá ser rosado o rojizo (puede variar con la temperatura).
- Es muy importante ajustar el diámetro del disco al estoma para no producir irritaciones cutáneas.
- El estoma alcanzará su diámetro aproximadamente a las 8 semanas de la cirugía.

¿Cómo controlará sus deposiciones?

Los dispositivos para **ostomía** sirven para la recogida de las heces que se expulsan por el estoma, existen muchos dispositivos en el mercado, aunque no todos se adaptarán a sus necesidades. De una buena elección dependerá en gran medida que pueda volver a tener una vida como la de antes.

Es fundamental que el dispositivo elegido selle perfectamente su estoma para evitar posibles complicaciones como: fugas, irritación cutánea...

¿Qué debe tener en cuenta?

Tendrá que tener en cuenta el tamaño y forma de su estoma, la consistencia de sus heces, las cantidad veces que necesita cambiar su dispositivo, la forma de su abdomen (si se encuentra en un pliegue o prominencia ósea) y su habilidad y destreza para manejar el dispositivo. A parte de los dispositivos existen multitud de accesorios para proporcionar una mayor durabilidad y confort a los dispositivos.

Cuidados del estoma

Material necesario para la higiene:

- Esponja suave (específica para el estoma)
- Jabón neutro
- Pañuelos o toalla (específica para el estoma)
- Bolsa de plástico para el desecho del dispositivo usado

La higiene se puede realizar en cualquier momento del día, incluso se puede hacer coincidir con la ducha diaria para una mayor comodidad. Se lavará con la esponja suave y el jabón neutro con movimientos circulares y se secará con la toalla dando toques, sin frotar bruscamente; dejando lista la piel para la colocación de un nuevo dispositivo.

La dieta

Las personas ostomizadas, no tienen que modificar su dieta habitual, deben seguir algunas recomendaciones saludables:

- Comer una dieta variada y rica en todos los nutrientes.
- Deberá evitar comidas copiosas que puedan hacer aumentar su peso.
- Comer despacio masticando bien los alimentos.

¿Qué hacer si tiene Ud. Diarrea?

Deberá tomar una dieta astringente con alimentos como: zanahoria, pollo, zumo de limón, patata, arroz, pasta, pan blanco...

Tomará abundantes líquidos, lo cual ayudará a reponer fluidos y prevenir la deshidratación

- No tomará alimentos ricos en fibra, como son las verduras y los cereales.
- No tomará ningún fármaco sin consultar al especialista.

¿Qué hacer si tiene Ud estreñimiento?

Deberá tomar una dieta rica en fibra, con alimentos como: frutas, verduras, pan integral, ciruelas, kiwis, pasas...

Beberá abundantes líquidos; agua, zumos, caldos...

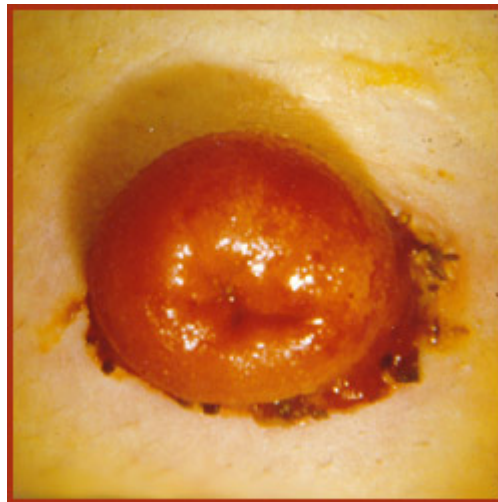
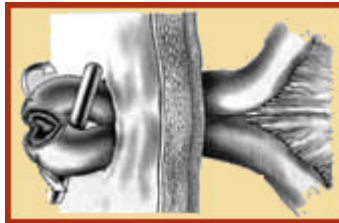
Deberá dar paseos para favorecer el tránsito intestinal.

No tomará fármacos laxantes sin consultar al especialista.

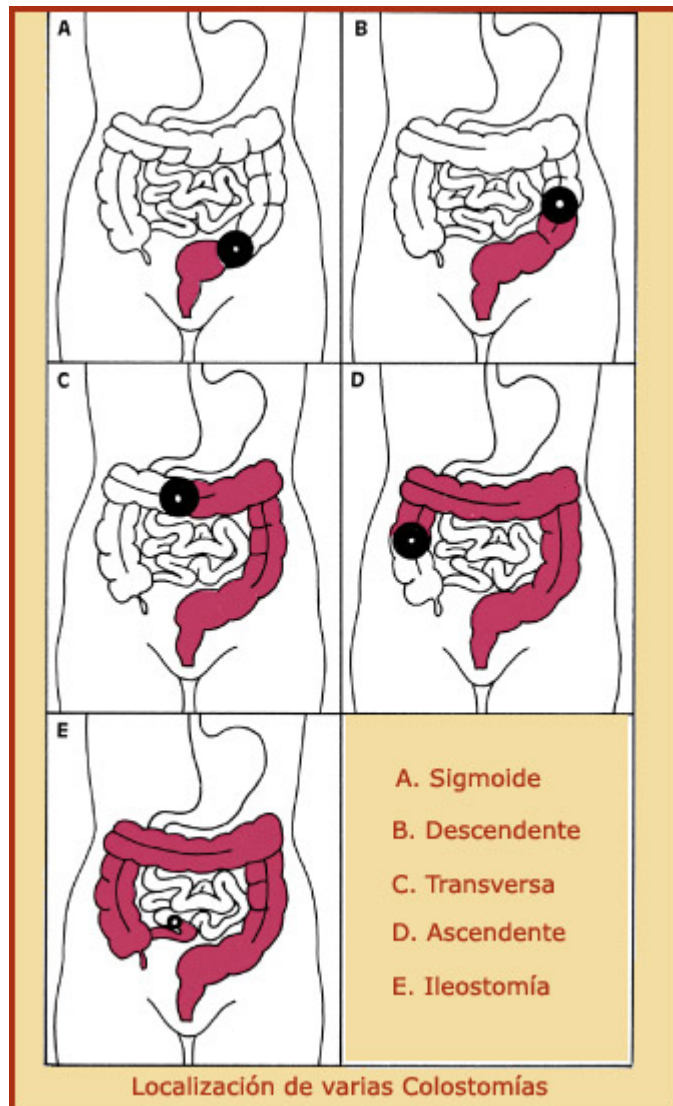
¿Qué hacer si tiene Ud. Gases o malos olores?

Tener gases en exceso puede resultar muy molesto para una persona ostomizada ya que no tiene control sobre su expulsión.

Los alimentos que debe comer con moderación son: brócoli, coliflor, nabos, guisantes, cebolla, cerveza, judías...



ileostomía terminal





Teléfono Hospital: +34 91 756 78 00.

**Teléfono Consultas externas:
+34. 91 756 79 00 / 902 10 74 71.**

**Teléfono Consultas Cirugía General:
+34 91 756 79 00. Ext: 4136.**

Fax: +34 91 750 04 55

<http://www.cirugiasanchinarro.es>

email: cirugiasanchinarro@hospitaldemadrid.com