

# مراقبت از کلستومی، راه انحرافی دفع گاز و مدفوع برای بیماران سرطانی

دکتر محمداسماعیل اکبری

استاد دانشگاه و رییس مرکز تحقیقات سرطان

خلقت انسان، آنچنان پسندیده و پذیرفته شده است که هرگونه انحرافی از آن غیرطبیعی می‌نماید و بخوبی پذیرفته نیست، علم پزشکی و تشریح امروز به حدی از رشد رسیده است که بشر توان مداخله در ساختار بدن یک انسان پیدا کرده است. در موارد متعددی جراح ناچار می‌شود که با سوراخ کردن نقطه‌ای از روده کوچک یا روده بزرگ به سطح پوست و دیواره شکم، یک راه انحرافی خروج مدفوع و گاز ایجاد کند.

در موارد زیر احتمال ایجاد این راه انحرافی (کلستومی) برای بیمار وجود دارد که در بعضی موارد موقتی است یعنی پس از رفع معضل اولیه، روده مجدداً به مسیر طبیعی برگشت داده می‌شود و در بعضی موارد دائمی است و بیمار همیشه باید با کلستومی زندگی کند.

- در مواردی که به علت تصادفات و یا اجسام نوک تیز قسمتی از روده سوراخ شده و به علت آلودگی امکان ترمیم اولیه وجود ندارد و جراح ناچار به ایجاد راه انحرافی بطور موقت می‌باشد. این اتفاق در مجروحین جنگی به علت اصابت ترکش بسیار شایع بود و امروز در اصابت چاقو و یا اجسام برنده دیگر و گلوله و غیره دیده می‌شود.

- در موارد سرطانی‌ها: در سرطان‌ها به دو دلیل کلستومی انجام می‌شود اول اینکه بیمار به موقع مراجعه نکرده و تومور سرطانی منجر به انسداد روده و یا پارگی آن شده است، که در اینصورت چون امکان پاکسازی کامل روده قبل از عمل وجود ندارد، کلستومی انجام می‌شود.

دوم، تومور سرطانی در منتهی الیه روده بزرگ واقع شده است و از دهانه مقعد کمتر از ۷ سانتیمتر فاصله دارد که در اینصورت با توجه به ضرورت جراحی با حاشیه سالم برای برداشتن تومور سرطانی، ناچار می‌شوند، قسمت انتهایی روده را بطور کامل برداشته و قسمت ابتدایی آن را از سطح شکم به صورت کلستومی خارج کنند. شایعترین دلیل ایجاد کلستومی در افراد مسن سرطان‌های دستگاه گوارش، در قسمت انتهایی روده بزرگ هستند.

کلستومی به هر دلیل که ایجاد شده باشد، چه موقت و چه دائم نیازمند مراقبت‌های ویژه است و بیمار باید از این مراقبت‌ها آگاهی داشته باشد.

کلستومی اگر چه روشی است که جان بیمار را حفظ می‌کند و برای تأمین سلامت او انجام می‌شود، اما دارای ۲ نوع عارضه جسمی، روانی و اجتماعی هم می‌باشد. گاهی عوارض روانی و اجتماعی بیمار بیشتر از عوارض جسمی است. که برای رفع آنها آگاهی بیمار از چگونگی مراقبت از کلستومی الزامی است.

مسایلی که بیمار را اذیت می‌کند عبارتست از: دفع گاز بدون کنترل، بوی نامطبوع و یا دفع مدفوع در مکان‌ها و مواقعی که بیمار در محیط‌های اجتماعی و عمومی قرار دارد. اگر چه امروزه کیسه‌های کلستومی بخوبی قادر به پوشش این نشانه‌ها هستند، اما با روش‌های دیگری نیز می‌توان از بروز این عوارض کاست.

غذاهایی که ایجاد گاز می‌کنند مثل غلات، سبزیجات، پیاز، میوه‌جات و نان‌های حجیم، بهتر است زمانی مصرف شوند که گاز حاصل از متابولیسم و جذب آنها در محل مخصوص مثل منزل دفع شود و در محافل عمومی برای بیمار مشکل درست نکند.

موارد بیوست‌زا مثل پنیر، ماست، نشاسته، موز، چای، غلات باید توسط بیمار شناخته شده و بطور مستمر از آنها استفاده نکند، بلکه موادی که منجر به شل کردن مدفوع قید می‌شوند نیز در کنار آنها مصرف شود.

مواد بوزا که ایجاد بوی نامطبوع می‌کنند مثل تخم مرغ، ماهی، پنیر، غلات هم باید در مواقعی مصرف شود که حدود ۲ ساعت بعد از آن بیمار در محل خصوصی زندگی خود باشد نه در محل عمومی.

لازم به ذکر است که همه عادات گوارشی بیمار قبل و بعد از کلهستومی تغییر نمی‌کند، یعنی هر غذا و رژیمی که منجر به اسهال یا یبوست می‌شده است، امروز هم همانطور عمل می‌کند و از طرف دیگر چون بیمار با کلهستومی باید از همه مواد غذایی موجود استفاده کرده و لذت ببرد، تنها باید زمان مصرف غذاهای خود را شناسایی کرده و آن را بکار ببندد. **بهترین راه برای یک بیمار کلهستومی اینست که به عادات غذایی خود قبلی از انجام جراحی برگردد.** چون معمولاً دستگاه گوارش یاد گرفته است چگونه خود را با رفتارهای خصوصی و یا اجتماعی بیمار وفق دهد. مصرف دوغ و ماست از بوی بد مدفوع تا حد زیادی جلوگیری می‌کنند، اما بیمار می‌تواند، در موقع تعویض یک کلهستومی خود قبلاً از دئودارنت‌های خوش بوکننده هوا استفاده نمایند.

امروز بیماران مبتلا به کلهستومی زندگی کاملاً عادی دارند، در همه محافل اجتماعی ظاهر می‌شوند، کار خود را انجام می‌دهند، ورزش می‌کنند و شنا می‌روند هیچ محدودیتی برای آنها وجود ندارد، تنها باید راه مراقبت از خود را بدانند. تشکلهایی در ایران و خارج وجود دارد که تحت عنوان انجمن‌های کلهستومی بیماران دور هم جمع می‌شوند و با انتقال تجربیات ارزنده به یکدیگر کمک می‌کنند.

کلهستومی گاهی دارای عوارض می‌شود مثل تنگی، انسداد، شل شدن و خروج روده از درون مجرای آن (پرولاپوس)، زخم شدن و تحریک پوست که همه آنها نیز با مشورت پزشک معالج قابل کنترل بوده و خوب می‌شوند. شستشوی دهانه کلهستومی و درون روده و تعویض به موقع کیسه کلهستومی می‌تواند از تحریک پوست جلوگیری کند.

وجود سوراخ کلهستومی هیچ محدودیت زناشویی برای زن و یا مرد ایجاد نمی‌کند، تنها با شناخت عادت دفع مدفوع می‌توان زمان آن را مناسب انتخاب کرد.