

Semáforo de acción para ileostomías

Qué hacer y cuándo llamar



Zona de recuperación: seguimiento a dar en su próxima cita

- **Producción de ileostomía:**
 - 500-1200 mL en las últimas 24 horas
 - Espesor como de avena
- **Piel alrededor del estoma/bajo la oblea:**
 - Normal: sin rojez, llagas o humedad
- **Puede caminar**
- **Tolera el comer, con poca o ya sin náuseas, sin vómito**
- **Dolor controlado**
- **Sabe: cambiar la bolsa/oblea y la vacía con frecuencia**

Zona de alerta: llame si estos síntomas no mejoran en 12 horas

Deshidratación

- **Producción en las últimas 24 horas:**
 - Si baja de 500 ml
 - Si aumenta a más de 1200 mL
- **Muy cansado (fatiga)**
- **Sediento**
- **Mareos al ponerse de pie**
- **Orina con menos frecuencia de lo normal**
- **Orina color oscuro como té negro**

¿Qué hacer?

- Prepare y beba el líquido de rehidratación, controle la producción de la ostomía. Agregue alimentos para espesar la producción (consulte el folleto de nutrición).
- Beba 64 onzas de líquido durante todo el día, incluya las bebidas de rehidratación.
- Mida la producción al vaciar la bolsa. Vigile la cantidad y la consistencia.
- **No beba** líquidos con las comidas. Evite alimentos que puedan diluir y aumentar la producción, como jugos, alimentos muy dulces o con grasa, con cafeína y el alcohol (lea el folleto "Después de su ileostomía").

Bloqueo de alimentos

- **Calambres abdominales**
- **Náuseas (con o sin vómitos)**
- **Dolor cerca del estoma**
- **Menos producción, acuosa, mal olor**
- **Vientre hinchado**
- **Estoma puede estar más hinchado**

¿Qué hacer?

- Siga las pautas en la tarjeta de ileostomía bloqueada. Masajee suavemente alrededor del estoma, tome una ducha caliente y beba líquidos calientes. Si el estoma se hincha, ensanche la oblea alrededor del estoma. Si produce algo el estoma y no tiene náuseas o vómitos, tome solo bebidas de rehidratación o té.
- Mastique bien los alimentos. Evite los que puedan causar obstrucción (ver lista de alimentos en el folleto). Poco a poco, vuelva a comer alimentos con fibra (pan integral o avena). Agregue solo un nuevo alimento con fibra por día.

Problemas de la piel alrededor del estoma

- **La piel enrojece, duele y está húmeda**

¿Qué hacer?

- **IMPORTANTE:** llame a su enfermera de ostomía. Haga cita para ver su piel el día de su próxima cita clínica: _____
- Cambie la oblea y la bolsa según el horario o si hay fugas, arde su piel o tiene comezón debajo de la oblea.
- Cada vez que cambie su oblea y bolsa, limpie bien su piel con agua tibia.
- Aplicar ligeramente el polvo de ostomía a la piel enrojecida. Aplicar la capa protectora contra ardor antes de colocar una nueva oblea.

Zona de urgencia médica: llame al 206.598.6190 DE INMEDIATO

- **El dispositivo de ostomía no se adhiere y tiene fugas**
- **Problemas de la piel alrededor del estoma y debajo de la oblea**
- **Grandes cambios en el aspecto de la ostomía**
- **Faltan suministros si cambia la ostomía todos los días**
- **La ostomía se tapa, no salen los gases**
- **No puede mantenerse hidratado; siente mareos, pierde el equilibrio al pararse o sentarse**
- **Vómito verde o con sangre**
- **Dolor abdominal o calambres que persisten o empeoran**

Ileostomy Stoplight

What to do and when to call

Recovery Zone: Follow up at next scheduled visit

- **Ileostomy output:**
 - 500-1200 mL in the last 24 hours
 - Thick, like oatmeal
- **Skin around the ostomy/under wafer:**
 - Clear: No redness, wounds, or moisture
- **Can walk**
- **Can eat food, little or no new nausea, no vomiting**
- **Pain is under control**
- **Can care for ostomy: change pouch/wafer, empty often**

Warning Zone: Call if these symptoms do not improve within 12 hours

Dehydration

- **Ostomy output in the past 24 hours:**
 - **Decreasing** less than 500 mL
 - **Increasing** more than 1200 mL
- **Very tired (fatigued)**
- **Thirsty**
- **Dizzy when standing up**
- **Urinating less often than normal**
- **Urine is dark, like black tea**

What to Do

- Prepare and drink rehydration drink, monitor ostomy output. Add foods to thicken output (see nutrition handout).
- Drink 64 oz. of fluid throughout the day, including rehydration drinks.
- Measure ileostomy output when emptying the pouch. Keep track of output and consistency.
- Do **not** drink fluids with meals. Avoid foods that may thin and increase output, such as juice, foods that are high in sugar or fat, caffeine, and alcohol (see handout "After Your Ileostomy").

Food Blockage

- **Belly cramps**
- **Nausea (may have vomiting)**
- **Pain near the stoma**
- **Decreased output, watery, bad smell**
- **Swollen belly**
- **Stoma may be more swollen**

What to Do

- Follow instructions on the ileostomy blockage card. Gently massage around stoma, take a warm bath, drink warm liquids. If the stoma is swollen, cut the wafer opening larger around the stoma. If there is some stoma output and you are not nauseated or vomiting, drink only rehydration drinks or tea.
- Chew all foods well. Avoid foods that can cause blockage (see handout for food list). Slowly start eating high-fiber foods such as whole wheat bread or oatmeal. Add only one new high-fiber food per **day**.

Stoma Skin Issue

- **Skin around stoma is red, painful, moist**

What to Do

- **IMPORTANT:** Call your Ostomy Nurse. Set appointment for skin check on the next clinic day: _____
- Change wafer and pouch on schedule, when there is leaking, or when skin starts to burn or itch under the wafer.
- Every time you change your wafer and pouch, clean your skin well with warm water.
- Lightly dust red skin with ostomy powder. Seal the area with no-sting barrier protection before placing a new wafer.

Medical Alert Zone: Call 206.598.6190 RIGHT AWAY

- **Ostomy appliance will not adhere and is leaking**
- **Skin issues around the stoma and under the wafer**
- **Big changes in how the ostomy looks**
- **Supply issues such as needing to change the ostomy every day**
- **Ostomy output stops, including no gas**
- **You cannot stay hydrated; you feel dizzy or lightheaded when standing or sitting up**
- **Vomit that is green or bloody**
- **Belly pain or cramping that will not go away or is getting worse**