

Vivir Con Una Ostomía



Publicar por UOAA

PO Box 525, Kennebunk, ME 04043

www.ostomy.org ♦ 800-826-0826 ♦ oa@ostomy.org

No Estas Solo

La gente tiene la cirugía de ostomía para una amplia variedad de razones. UOAA es el centro de la comunidad diversa que puede conectar a recursos para ayudar a aliviar los cambios físicos y emocionales por delante.

Hay aproximadamente 725,000 a 1,000,000 personas en los EE.UU. que tienen una ostomía: personas que han tenido cirugía para extraer todo o parte de sus intestinos/intestino o vejiga. Tu ostomía puede traer el orden de un trastorno que podría haber alterado o terminó su vida.

“La comunidad de ostomía puede encontrar muchos recursos valiosos a través de UOAA.”
Dr. David E. Beck, M.D. (Past President, ASCRS)

Nuestros Misión

Asociaciones de ostomía unidos de América (UOAA) promueve la calidad de vida de las personas con ostomías y continence desviaciones a través de la información, el apoyo, la promoción y colaboración. Nuestros afiliados 300 grupos de apoyo de ostomía, organizada por voluntarios en todo el territorio de los Estados Unidos, brindan la oportunidad de apoyo local.



Puede dirigirse a nosotros con preguntas sobre cualquier cosa desde la nutrición a la intimidad, y encontrar conocimientos útiles acerca de cómo vivir con una ostomía o derivación continente.

Visite nuestro sitio web: educación www.ostomy.org o llámenos **800-826-0826**.

Respuesta que usted necesita al comenzar su nueva vida normal:

¿Cómo puedo lidiar con este cambio a mi cuerpo?

Hay muchas personas como usted que encontrar los beneficios del mismo apoyo ofrecido por UOAA afiliados grupos de apoyo. Usted puede ganar confianza en la gestión de tu ostomía más rápidamente, y encontrar la comodidad en ambientes públicos, por asistir y participar en uno de nuestros grupos locales de apoyo. También puede encontrar el apoyo de miles de personas, conectadas a nuestro foro de discusión en línea y que nos siguen en los medios de comunicación social.

Mi bolsa será visible para el público?

Su funda puede extender con gas o residuos, pero algunas personas prefieren llevar ropa más estrictos para contrarrestar esto. Usted puede esperar al desgaste, con pocas excepciones, lo que llevaban antes de la cirugía, incluyendo desgaste formal y trajes de baño!

Mi ostomía produce un olor?

Gracias a los modernos sistemas pouching olor-prueba probablemente no notará un olor. Para aquellos preocupados por el olor al vaciar su bolsa, bolsa hay desodorantes que puede utilizarse para eliminar olores. Haciendo ajustes en su dieta/evitar determinados alimentos también pueden ser útiles.

Me voy a sentir los residuos mi estoma las descargas?

Para aquellos con una colostomía o una ileostomía, podría haber una ligera presión cuando deja su cuerpo, pero no debe haber sensaciones desagradables. Aquellos con una urostomía probablemente se desconoce cualquier drenaje.

Voy a pasar más tiempo en el baño?

Inmediatamente post-op que pasará más tiempo en el baño después de que tu cuerpo se recupere de la cirugía. El número de veces que una persona se vacía su bolsa varía, dependiendo del tipo de ostomía. Buscar la ayuda de una enfermera de ostomía u otro profesional para conseguir el mejor sistema pouching para usted. En algunos casos, usted será más libre del inodoro que antes de la cirugía.

"UOAA los grupos de apoyo pueden mejorar la calidad de vida de las personas que han tenido la cirugía de ostomía".

Margaret T. Goldberg MSN, CWOCN (Past President, WOCN Society)



Mi ostomía hacer ruidos?

Todo el mundo produce gas. Sus sonidos intestinales que se producen de vez en cuando no son diferentes de un gorgoteo el estómago, y muy a menudo su ropa los sonidos de mufla.

¿Cómo afectará esto a lo que puedo comer?

Depende. Para orientación, siga las órdenes del médico o enfermera en cada etapa de su ajuste post-op. La sensibilidad individual a ciertos alimentos varía considerablemente. Usted debe determinar, por el juicio, lo que es mejor para usted. Una buena práctica para todos es siempre hidratado adecuadamente.

¿Cómo afectará esto a mi vida social?

Las personas con intestino y desviación urinaria fecha, casarse y tener hijos (incluso los gemelos.) Esperar para reanudar una vida social activa con tu pareja, amigos y familia.

Puede mi bolsa mojarse? Puedo bañarse y nadar?

Sí, Sí y sí! Bien conectado con un sistema pouching usted puede ducharse, bañarse (incluso entrar en una tina de agua caliente), nadar y navegar.



Puedo ejercer, hacer actividad física y participar en el deporte me gusta?

Las personas que viven con una ostomía: bicicleta, correr, practicar deportes, hacer yardwork, jugar con sus hijos y escalar montañas. El nombre que usted, personas con una ostomía puede hacerlo. Las personas que trabajan con el intestino y la desviación urinaria hacer casi cualquier trabajo imaginable. No establecer ningún límite!

Tengo una derivación continente. UOAA puede ayudarme?

Sí, ustedes son una parte de nuestra red de apoyo en UOAA. Por favor contáctenos para información adaptada sólo para usted en nuestra nueva guía del paciente.

Para obtener más información o para donar, visite www.ostomy.org o llame al 800-826-0826. UOAA ofrece materiales educativos incluyendo cirugía nuestra *New Patient Guides*.

Visita www.ostomy.org específica para los paneles de discusión y enlaces a los medios de comunicación social. También puede convertirse en un miembro y suscribirse a nuestra revista trimestral *The Phoenix*.

