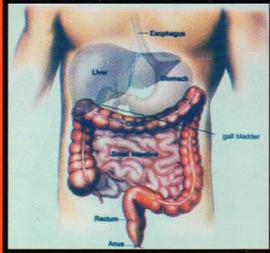


HUBUNGAN SEKS

1. Tidak ada hambatan dalam berhubungan
 2. Bisa menggunakan kantong ukuran kecil
 3. Selalu komunikasikan dengan pasangan
 4. Jagalah kebersihan
 5. Bisa menggunakan parfum pada badan
- Aktivitas tidak ada pantangan, hindari olah raga yang menyebabkan trauma.



SAAT BERPERGIAN

1. Siapkan peralatan dalam satu tas kecil yang mudah dibawa
2. Bisa menggunakan kantong kolostomi yang sekali pakai
3. Bila kantong terasa penuh segeralah ke kamar mandi untuk menggantinya

Organisasi/ Peer Group
In-OA Cab. Yogyakarta

Jl. Sendowo, Sekip, Yogyakarta

Bila ada masalah dengan Stoma Anda hubungi dokter dan perawat Bedah Digestif RSUP Dr. Sardjito

SEMOGA LEKAS SEMBUH

RSUP Dr. SARDJITO - YOGYAKARTA

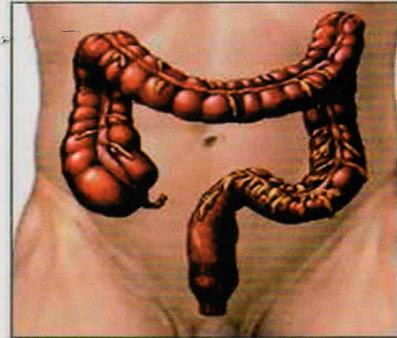
"Mitra Terpercaya Menuju Sehat"



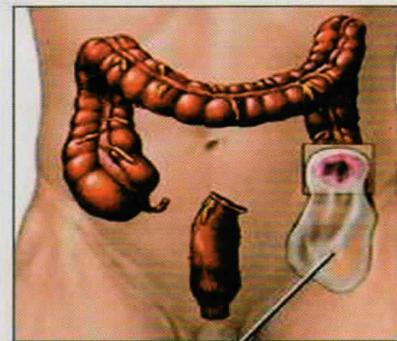
KEMENTERIAN KESEHATAN RI
DIREKTORAT JENDERAL BINA UPAYA KESEHATAN
RSUP Dr. SARDJITO



Before



After



Colostomy bag

PERAWATAN KOLOSTOMI

UNIT PROMOSI KESEHATAN RUMAH SAKIT (UPKRS)
RSUP Dr. SARDJITO

Jl. Kesehatan No. 1 Sekip, Bulaksumur, Yogyakarta 55284

Telp. (0274) 587832 / 587333 / 631190 ext. 359

Email : pkrs.sardjitohospital@gmail.com

KOLOSTOMI adalah lubang yang dibuat oleh dokter ahli bedah pada perut untuk mengeluarkan produk sampah dari tubuh/fases

BAGAIMANA CARA MENGANTI KANTONG KOLOSTOMI?

1. Siapkan kantong stoma, tissue/kassa, air hangat/ NaCl, kantung plastic
2. Cuci tangan dengan bersih
3. Lepaskan kantong lama dengan hati-hati, buang ke kantung plastik
4. Bersihkan kulit sekitar stoma dengan air hangat/ NaCl dengan hati-hati
5. Keringkan kulit sekitar stoma dengan tissue atau kassa bersih
6. Amati area sekitar stoma apakah ada tanda iritasi
7. Ukur kantong sesuai dengan besar lubang stoma
8. Lepaskan perekat/lem, tempelkan sesuai dengan posisi yang dikehendaki, rekatkan/ ditekan melingkari stoma
9. Pasang klem atau pengunci pada bagian bawah kantong
10. Cuci tangan, simpan alat-alat

APA ADA PANTANGAN MAKANAN BAGI ANDA

1. Makan teratur
2. Cukup serat, cukup cairan, protein
3. Hindari makan bergas, nangka, kol (kubis), nanas, durian, anggur, timun, bawang
4. Kurangi makan cabe
5. Hindari alkohol
6. Tidak ada pantangan mutlak. "lebih baik mencoba, sesuai selera". Bila timbul efek (diare, sebah) hentikan.



CARA MENGURANGI BAU

1. Hindari makanan yang mengandung gas
2. Kosongkan kantong sebelum pergi
3. Hindari kebocoran pada kantong (cek kondisi kantong)
4. Makan teratur

APAKAH SAYA BISA TETAP BERIBADAH

1. Tidak ada hambatan atau larangan beribadah
2. Caranya bersihkan dahulu sebelum beribadah
3. Apabila ada kotoran yang keluar/kentut tidak menjadi masalah