Dr.Naeem Liaqat
Assistant Professor
Pediatric Surgery
Medicare Hospital, SaidPur road, Rawalpindi

STOMA CARE

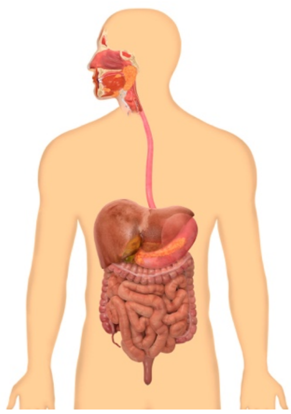
Dr.Naeem Liaqat
Assistant Professor
Pediatric Surgery
Medicare Hospital, SaidPur road, Rawalpindi

Caring for Your Child's Stoma

Stoma کے بعد کی احتیاط

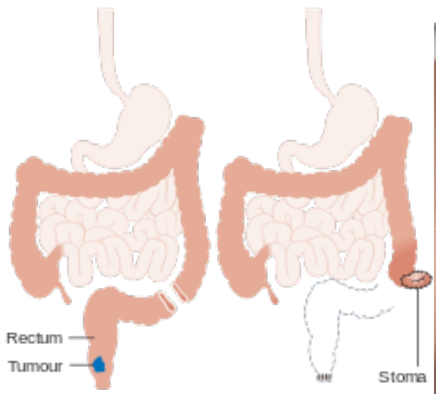
اس سے پہلے کہ ہم Stoma کی احتیاط پر کچھ بات کریں، کچھ چیزوں کو سمجھنا ضروری ہے۔

Normal digestive system



ہمارا نظام انہضام ایک پائپ کی طرح ہے جس میں ہم جو کچھ بھی منہ کے ذریعے کھاتے ہیں، وہ حرکت کرتا ہوا مختلف حصوں سے گزرتے ہوئے آخر پوٹی کے راستے سے باہر نکل آتا ہے۔ اس سارے سفر کے دوران ہمارا جسم اس غذا میں سے تمام ضروری غذائیت، نمکیات، پانی اور طاقت جذب کر لیتا ہے۔

How does Stoma Look like



آپ کے بچے کا پوٹی کا راستہ پیٹ پر بنایا گیا ہے۔ اور اسے ہم Stoma کہتے ہیں۔ زیادہ تر یہ Stoma وقتی طور پر بنایا جاتا ہے اور کچھ عرصے بعد اسے ختم کر دیا جاتا ہے۔ جتنا عرصہ یہ Stoma رہے گا، اس کی خاص احتیاط کرنی پڑتی ہے۔
یہ Stoma شروع میں والدین دیکھ کر پریشان ہوتے ہیں۔ دیکھنے میں یہ سرخ رنگ کا دکھائی گئی تصویر کی طرح نظر آتا ہے۔
اس کی کچھ احتیاط آپ کو بتائی جا رہی ہیں۔

- اس Stoma سے جو پوٹی آئے گی اس پر بچے کا کنٹرول نہیں ہوتا اور کسی بھی وقت پوٹی یا گیس نکل سکتی ہے۔
- اس Stoma سے پوٹی نارمل پوٹی سے نرم اور پانی والی آتی ہے۔

Dr.Naeem Liaqat

Assistant Professor
Pediatric Surgery
Medicare Hospital, SaidPur road, Rawalpindi

اس Stoma سے کیسی پوٹی نکلے گی؟

اس میں سے نرم ٹھوس قسم کی پوٹی آتی ہے، جو کہ زیادہ تر پانی کی طرح ہوتی ہے۔اس پوٹی سے عام طور پر بہت زیادہ بدبو آتی ہے۔

جلد کی حفاظت کیسے کریں؟

اس آپریشن کے بعد جلد کی حفاظت بہت ضروری لیکن مشکل عمل ہے۔Stomaاور اس ارد گرد کی جگہ کو نیم گرم پانی سے اچھی طرح دھوئیں۔اس جگہ پر آرام سے کوئی سے کوئی کپڑا رکھیں اور جگہ کو خشک کر لیں۔کپڑے کو اس جگہ پر رگڑنے سے پرہیز کریں۔ Wipesاستعمال کرنے سے پرہیز کریں کیونکہ ان میں کیمیکل ہوتے ہیں جن کی وجہ سے بچے کی جلد پہ الرجی ہو سکتی ہے۔اس لیے کوئی بھی نرم کپڑا صفائی کے لیے استعمال کریں۔سرسوں کا تیل، زیتون کا تیل یا کوئی اور تیل استعمال کرنے سے پرہیز کریں کیونکہ اس سے صفائی مشکل ہو جاتی ہے۔

بیگ کب خالی کریں؟

جب بیگ ایک تہائی حصہ بھر جائے تو اسے خالی کر لیں۔چونکہ بچے زیادہ پوٹی کرتے ہیں اور دن میں کئی مرتبہ کرتے ہیں اور ان کے بیگ چھوٹے سائز کے ہوتے ہیں، تو اس بیگ کو کئی مرتبہ دن میں خالی کرنا پڑتا ہے۔وقت کے ساتھ ساتھ بیگ بھی بڑے سائز کا لے لیں۔

گیس کا نکلنا:

بچوں میں عام طور پر بڑوں کی نسبت زیادہ گیس بنتی ہے اور زیادہ خارج ہوتی ہے۔اس کی وجہ یہ ہے کہ بچے دودھ پیتے ہوئے ہوا زیادہ اندر لے جاتے ہیں اور خارج بھی زیادہ ہوتی ہے۔اگر بچے کو Stoma Bagلگا ہو تو اس میں سے ہوا نکالنی پڑتی ہے۔

بچے کو کونسے کپڑے پہنائیں؟

اس تمام عرصے میں بچے کو کھلے کپڑے پہنائیں تا کہ بیگ کو بھرنے کی جگہ مل سکے۔بچے کو بیلٹ والے یا بہت ٹائٹ کپڑے پہنانے سے گریز کریں۔

کیا بچے کو نہلا سکتے ہیں؟

جی ہاں، بچے کی صفائی رکھنا بہت ضروری ہے۔اگر آپ بیگ کا استعمال کرتے ہیں تو ہر مرتبہ بیگ تبدیل کرنے سے پہلے بچے کو نہلائیں۔اگر کپڑا استعمال کرتے ہیں تو بچے کو دن میں ایک سے دو مرتبہ نہلائیں۔

بچہ کس کروٹ سوئے؟

بچے کو آپ جس طرح چاہیں سلا سکتے ہیں۔اگر بچے کو الٹا پیٹ کے بل بھی سلانا چاہیں تو بھی کوئی حرج نہیں اور اس سے بچے کو کوئی درد یا تکلیف نہیں ہو گی۔

کیا بچے کو سفر کروا سکتے ہیں؟

جی ہاں، زخم بھرنے کے بعد آپ بچے کو سفر کروا سکتے ہیں۔سفر سے پہلے تسلی کر لیں کہ آپ نے بچے کا بیگ تبدیل کرنے کا تمام سامان رکھ لیا ہے۔اگر آپ نے بَس، ویگن میں سفر کرنا ہے تو تمام سامان اپنے Hand Bag میں رکھیں تا کہ آپ کو جب بھی ضرورت ہو، آپ استعمال کر سکیں۔لمبے سفر سے پہلے بہتر ہے کہ بیگ تبدیل کر لیں۔

اگر آپ کپڑے کا استعمال کرتے ہیں، تو بھی سفر میں بہتر ہے کہ بیگ کا استعمال کریں۔

سفر کے دوران بچے کا سامان دھوپ کے سامنے نہ رکھیں۔

اگر جہاز کا سفر کرنا ہو تو بیگ کو پہلے سے بچے کے سائز کے مطابق کاٹ کر رکھیں کیونکہ جہاز میں قینچی کی اجازت نہیں ہوتی۔

Dr.Naeem Liaqat

Assistant Professor
Pediatric Surgery
Medicare Hospital, SaidPur road, Rawalpindi

بچے کو پانی کتنا دیں؟

وہ بچے جن کی عمر 4ماہ سے زیادہ ہو،انہیں پانی اور پینے کی دیگر چیزیں زیادہ مقدار میں دیں۔ چونکہ بچوں کی پوٹی نارمل سے زیادہ پانی خارج کر رہی ہوتی ہے، تواِن بچوں میں دست لگنے کی صورت میں پانی کی کمی جلدی واقع ہو جاتی ہے،اس لیےاِن بچوں میں پانی زیدہ مودار میں استعمال کریں۔

وہ غذائیں جن سے احتیاط کریں:

- بیج والے فروٹ جن کے بیج بچہ کھاسکتا ہو جیسا کہ تربوز،امرود،مالٹاوغیرہ۔یایہ فروٹ بیج نکال کر دیں
- ڈرائی فروٹ(اگر بچہ انہیں چبائے بغیر نگل لیتا ہو)

وہ غذائیں جن سے پوٹی نرم ہو جاتی ہے:

- تازہ جوس
- ٹماٹر
- چاکلیٹ
- دودھ سے بنی ہوئی چیزیں
- تیز مسالے والی چیزیں
- سبز پتوں والی سبزیاں
- تلی ہوئی چیزیں

وہ غذائیں جن سے پوٹی سخت ہو جاتی ہے:

اگر بچے کو بہت زیادہ نرم پوٹی آرہی ہو یااسے دست لگ جائیں تو مندرجہ ذیل خوراک سے پوٹی سخت ہوتی ہے:

- کیلا(Banana)
- چیز(Cheese)
- Creamy Peanut Butter (not chunky)
- نوڈلزNoodles
- سفید چاول
- ڈبل روٹی
- دہی
- مربہ جات

وہ غذائیں جن سے گیس زیادہ بنتی ہے:

کچھ خوراک ایسی ہیں جن سے گیس زیادہ بنتی ہے یا گیس کی بدبو بہت زیادہ ہوتی ہے جیسا کہ پھول گوبھی،بند گوبھی،انڈہ،ادرک،پیاز،اور کچھ مسالہ جات۔

Dr.Naeem Liaqat
Assistant Professor
Pediatric Surgery
Medicare Hospital, SaidPur road, Rawalpindi

اسی طرح دال، پھول گو بھی، بند گو بھی، انڈہ، ادرک، پیاز، کولڈ ڈرنک، لوبیہ سے گیس زیادہ بنتی ہے۔ جو بچے دودھ یا جوس Straw سے پیتے ہیں ان میں بھی گیس زیادہ بنتی ہے۔

وہ غذائیں جن سے گیس کم بنتی ہے:

- دہی
- لسی
- دھنیا

کیا بچے کو سکول بھیج سکتے ہیں؟

جی ہاں، آپریشن کے 2-3 ہفتے بعد آپ بچے کو سکول بھیج سکتے ہیں۔ شروع میں بچہ تنگ ہوتا ہے کیونکہ بیگ لیک ہو جاتا ہے، بچے سے کچھ بدبو آسکتی ہے۔ سکول بھیجنے سے پہلے بچے کی ٹیچر کو اعتماد میں لیں اور انہیں تمام صورتحال سے آگاہ کریں۔
بچے کے کچھ کپڑے سکول میں ہی رکھوا دیں تاکہ اگر کبھی ضرورت پڑے تو وہیں پر تبدیل کیے جا سکیں۔
اگر آپ کو اس سلسلے میں ہم سے کوئی سرٹیفیکیٹ چاہیے ہو تو بلا جھجک رابطہ کریں۔
کچھ بڑے بچوں کو Psychiatrist کی ضرورت پڑتی ہے جب وہ دوبارہ سکول جاتے ہیں۔ ایسی صورت میں ہماری ٹیم آپ کی مدد کے لیے موجود ہے۔

بیگ کس وقت تبدیل کریں؟

ویسے تو بیگ کسی بھی وقت تبدیل کیا جا سکتا ہے مگر کچھ احتیاط آپ کی مدد کر سکتی ہے۔

بیگ اس وقت تبدیل کریں جب Stoma میں سے کم پوٹی آنے کا ٹائم ہو جیسا کہ کھانے کے دو گھنٹے بعد یا صبح سویرے۔

بیگ اس وقت تبدیل کریں جب بچہ خاموش اور پر سکون ہو۔

بیگ تبدیل کرنے سے پہلے تمام سامان تیار رکھیں تاکہ اس دوران آپ کو مسئلہ نہ ہو۔

شروع کے دن میں بہتر ہے کہ دو لوگ مل کر بیگ تبدیل کریں۔ جب آپ کو یہ کرنا آجائے تو آپ اکیلے بھی تبدیل کر سکتے ہیں۔

دوائیں

آپریشن کے بعد پہلے دو سے تین درد زیادہ ہوتا ہے۔ ہم عام طور پر پیناڈول اور بروفن کا سیرپ استعمال کرتے ہیں۔ پیناڈال سیرپ دن میں چار مرتبہ ہر چھ گھنٹے بعد (جیسا کہ صبح چھ بجے، دوپہر بارہ بجے، شام چھ بجے، رات بارہ بجے) دیں۔ اگر درد زیادہ ہو تو بروفن سیرپ بھی ساتھ دے سکتے ہیں مگر اس کا ٹائم تین گھنٹے کے بعد ہو گا (جیسا کہ صبح 9 بجے، شام دوپہر 3 بج، شام نو بجے، رات تین بجے) تاکہ بچے کو ہر تین گھنٹے بعد ایک درد کی دوا مل جائے۔

ٹانکے

اگرچہ اس آپریشن میں بہت سے ٹانکے لگائے جاتے ہیں مگر وہ سب خود بخود جذب ہو جاتے ہیں

Dr.Naeem Liaqat

Assistant Professor
Pediatric Surgery
Medicare Hospital, SaidPur road, Rawalpindi

بخار

آپریشن کے بعد پہلی رات بخار ہو سکتا ہے جو کہ نارمل ہے اور اس میں پریشانی کی کوئی بات نہیں. آپریشن کے کچھ دن بعد بخار، چڑچڑاپن، کان یا گلے کا انفیکشن ہونے کی صورت میں فوری ڈاکٹر کو دکھائیں۔

زخم

کبھی کبھار آپریشن کے بعد ٹانکے ٹوٹ کر کھل جاتے ہیں۔ اگر جلد سرخ ہو جائے یا چھونے پر گرم محسوس ہو اور درد میں اضافہ ہو جائے تو آپ کو ڈاکٹر کو دکھانے کی ضرورت ہے۔ ٹانکے کھلنے کی صورت میں پانی کے ٹب میں تیس منٹ کے لئے روزانہ دو مرتبہ بچے کو بٹھائیں اور زخم کی صفائی کا خیال رکھیں۔ عام طور پر یہ زخم خود بخود ٹھیک ہو جاتے ہیں اور مزید کچھ کرنے کی ضرورت نہیں ہوتی۔

سرگرمیاں(Activities)

عام طور پر ہم بچوں کو سرگرمیاں محدود کرنے کا نہیں کہتے۔ تاھم کھلونے جیسا کہ جمپر (Jumper) ، سائیکل چلانے سے پرہیز کروائیں۔ دو ھفتے تک تیراکی، فٹبال، بھاری بھرکم کام یا ایسی کھیلوں سے احتیاط کرنی ہے۔

اگر Stoma باہر آجائے؟

اس آپریشن کے بعد کچھ بچوں میں Stoma باہر کی طرف نکل آتا ہے جسے ہم Stoma Prolapse کہتے ہیں۔ اس صورتحال سے نپٹنا کئی مرتبہ بہت مشکل ہو جاتا ہے۔ ایسی صورتِ حال میں Stoma پر بیگ استعمال کرنا زیادہ بہتر ہوتا ہے۔ اس باہر نکلی ہوئی آنت کو احتیاط سے بیگ میں ڈالیں اور اس پر رگڑ لگنے سے بچائیں۔ جلد کی احتیاط بھی اس صورتِ حال میں بڑھ جاتی ہے اور جلد خراب ہونے کا خدشہ زیادہ ہوتا ہے۔ اس لیے جلد والی کریم کا استعمال زیادہ کریں۔

پوٹی کے راستے سے پانی نکلنا

اس آپریشن کے بعد نیچے پوٹی کے راستے سے پانی آنا ایک معمول کی بات ہے مگر کچھ والدین پہلی مرتبہ اس مواد کو دیکھ کر پریشان ہو جاتے ہیں۔ اس کی مختلف وجوہات ہو سکتی ہیں:

آپریشن کے بعد تھوڑی پوٹی جو کہ بچی ہوتی ہے، وہ پوٹی کے راستے سے نکل سکتی ہے۔
آنتیں مسلسل لیس دار مادہ بناتی رہتی ہیں، سو یہی لیس دار مادہ باہر آسکتا ہے، جو کہ بالکل نارمل سی بات ہے۔
کبھی کبھار آگے والی آنت میں انفیکشن ہو جاتی ہے جس کی وجہ سے پوٹی کے راستے سے پیپ، بدبودار مواد نکل سکتا ہے، ایسی صورت میں اس مواد کی تصویر بنائیں اور ڈاکٹر سے بات کریں۔
کچھ حالات میں آگے والے راستے سے مسلسل پوٹی آتی رہتی ہے، جو کہ نارمل بات ہے۔

ایمرجنسی صورتحال:

کچھ حالات ایسے ہیں جب آپ کو اپنے ڈاکٹر سے رابطہ کرنا ہے جیسا کہ :

- جلد سرخ ہو جائے، زخم کھل جائے، یا جلد پر زخم بن جائیں۔
- بچہ نارمل سے زیادہ پوٹی کرے اور پوٹی بالکل پانی کی طرح آ رہی ہو جیسا کہ بچے کو دست لگے ہوتے ہیں۔

Dr.Naeem Liaqat

Assistant Professor

Pediatric Surgery

Medicare Hospital, SaidPur road, Rawalpindi

- یہ Stomaاپنی جگہ سے ہل جائےاور جلد سے بھی نیچے چلا جائے۔
- بچہ نارمل سے زیادہ پوٹی کرے اور نڈھال ہو جائے۔
- اس Stoma سے کچھ تھوڑا خون نکل سکتا ہے، مگر اگر خون مسلسل جاری رہے یا بند نہ ہو تو ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔
- اگر پوٹی میں خون آنا شروع ہو جائے
- بچے کو الٹیاں آنا شروع ہو جائیں
- اس Stomaمیں 24 گھنٹے کوئی پوٹی نہ آئے۔

اس آپریشن کے بعد ہنگامی صورتحال(Emergency) ہونے کے خدشات بہت کم ہیں اور زیادہ تر حالات میں آپ کلینک کے ٹائم (شام چار بجے سے آٹھ بجے کے دوران) فون کر کے بات کر سکتے ہیں۔ اگر کوئی ایمر جنسی صورتحال ہو یا فوری مسئلہ ہو تو بچے کو لے کر ہسپتال کسی بھی وقت آ سکتے ہیں۔

اس آپریشن کے بعد کسی بھی مسئلے کیلئے ایمر جنسی میں موجود ڈاکٹر کے پاس یا کسی اور کلینک پر مت جائیں۔ عام طور پر ایمر جنسی میں موجود ڈاکٹر اس بیماری اور اس کی احتیاط کو نہیں جانتے ہوتے اور انہیں معلوم نہیں ہوتا کہ کیا کرنا چاہیے۔ ہم نہیں چاہتے کہ ہم سے مشورہ کئے بغیر کوئی ڈاکٹر اس جگہ کو چھوئے۔ سو اگر کوئی بھی ایمر جنسی صورتحال ہو تو کسی بھی وقت اسی ہسپتال آ جائیں یا ہمارے واٹس ایپ نمبر 03343307728 پر تصویر بھیجیں اور ہم سے رابطہ کریں۔