**OSTOMİ HASTASININ ÖZBAKIMINDA BAKICI DESTEĞİ İNDEKSİ: TÜRKÇE GEÇERLİLİK ve GÜVENİRLİLİK ÇALIŞMASI**

**Bölüm A – Öz Bakımın Sağlanması**

Aşağıda ostomi hastalarının kendi sağlık durumlarının istikrarı için uygulayabileceği yaygın öz bakım davranışları sıralanmıştır. Geçen ay, bakımını üstlendiğiniz kişiye aşağıdaki davranışları ne sıklıkla önerdiniz? Ya da ne sıklıkla bu eylemleri bakımını üstlendiğiniz kişi yapamadığı için siz yaptınız?

(Bu prosedürleri uyguladığınız sıklığı en iyi temsil eden 1'den 5'e kadar olan sayılardan birini daire içine alın; 1 "asla"yı ve 5 "her zaman"ı ifade eder; 2, 3, 4 sayıları ara sıklıklardır.)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Asla Bazen Her zaman | | |
| 1 | Stoma adaptörünün ve stoma torbasının ihtiyaçlarına uygun olup olmadığını kontrol etme  *Check that the stoma appliance and the collecting bags are appropriate to your needs* | 1 2 3 4 5 |
| 2 | Stoma adaptörü ve stoma torbalarının kullanımdan önce iyi durumda olduğunu kontrol etme  *Check that the stoma appliance and the collecting bags are in good conditions before use* | 1 2 3 4 5 |
| 3 | Değiştirme sırasında stoma adaptörünü ve stoma torbalarını yukarıdan aşağıya doğru çıkarma  *During substitution, remove the stoma appliance and the collecting bags from up to down* | 1 2 3 4 5 |
| 4 | Stoma çevresindeki cildi ve stomayı sabun ve su ile temizleme  *Clean the skin around the stoma and stoma with soap and water* | 1 2 3 4 5 |
| 5 | Stomanın etrafındaki cildi kurulama  *Dry dabbing the skin around the stoma* | 1 2 3 4 5 |
| 6 | Stomanın boyutuna göre yeni takılan stoma adaptörünün boyutunu ayarlama  *Adjust the size of the stoma in a new stoma appliance* | 1 2 3 4 5 |
| 7 | Stoma adaptörünü stomanın alt ucuyla stoma adaptörünün alt ucu üst üste gelecek şekilde aşağıdan yukarıya doğru yerleştirme  *Fit a new stoma appliance from down to up by joining the lower edge of the stoma appliance to the lower edge of the stoma* | 1 2 3 4 5 |
| 8 | Stoma adaptörünü alınan bilgiye göre değiştirme  *Change the stoma appliance according to information received* | 1 2 3 4 5 |
| 9 | Alınan bilgiye göre yeme içme  *Eating and drinking according to information received* | 1 2 3 4 5 |

**Bölüm B- Öz Bakımın İzlenmesi**

Aşağıda ostomi hastalarının kendi öz bakımlarını izlemek için yaygın olarak kullandıkları davranışlar sıralanmıştır. Bakımını üstlendiğiniz kişiye aşağıdaki davranışları ne sıklıkla önerirsiniz? Ya da ne sıklıkla bu eylemleri bakımını üstlendiğiniz kişi yapamadığı için siz yaparsınız?

(Bu prosedürleri uyguladığınız sıklığı en iyi temsil eden 1'den 5'e kadar olan sayılardan birini daire içine alın; 1 "asla"yı ve 5 "her zaman"ı ifade eder; 2, 3, 4 sayıları ara sıklıklardır.)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hiçbir Zaman Bazen Her zaman | | |
| 10 | Stoma adaptöründen sızıntı (dışkı ya da idrar)  olup olmadığının kontrolü  *Monitor for leaks (feces or urine) from the stoma appliance* | 1 2 3 4 5 |
| 11 | Stoma torbasının dolum durumunun kontrolü  *Monitor the condition of filling of the collecting bag* | 1 2 3 4 5 |
| 12 | Stoma durumunun kontrolü  *Monitor the stoma state* | 1 2 3 4 5 |
| 13 | Stomanın etrafındaki cildin kontrolü  *Monitor the skin around the stoma* | 1 2 3 4 5 |
| 14 | Dışkı ve idrar miktarındaki değişikliklerin kontrolü  *Monitor the amount and the changes in feces and urine* | 1 2 3 4 5 |
| 15 | Yeme ve içmenin dışkı ve idrardaki etkisinin kontrolü (dışkı çok akışkan/katı, yoğun idrar)  *Monitor the effects of eat and drinking on the feces and urine (feces too liquid/solid, concentrated urine)* | 1 2 3 4 5 |
| 16 | Kilo kontrolü  *Monitor your weight* | 1 2 3 4 5 |
| 17 | Stoma adaptörünün tedariğini takip etme  *Monitor your stoma appliance provision* | 1 2 3 4 5 |

**Bölüm C- Öz Bakım Yönetimi**

Aşağıda ostomi hastalarının problem yaşamaları durumunda kullanabilecekleri yaygın davranışlar listelenmiştir.

Bazı problem örnekleri olarak: ödem,kanama,ağrı,daralma/stenoz,cilt lezyonu, tahriş verilebilir.

18. En son bakımını üstlendiğiniz kişi stoma ve / veya stoma çevresindeki ciltte problem yaşadığında…

*The last time the person you care for had problems with stoma and/or the skin around the stoma…*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hiç problem Kısa zamanda Oldukça kısa Çok kısa  Yaşanmadı değil zamanda zamanda | | |
| … Onları ne kadar çabuk stoma problemi olarak tanıdınız?  *… how quickly did you recognize them as stoma problems?* | Problem yok | 1 2 3 4 5 |

**Eğer bakımını üstlendiğiniz kişi hiç problem yaşamadıysa aşağıdaki maddeleri cevaplamayınız.**

Eğer sorun yaşamanmadıysa aşağıda sizin için ostomi hastalarının sorun yaşadıklarında uygulayabilecekleri yaygın öz bakım davranışları listelenmiştir. Bakımını üstlendiğiniz kişi problem yaşadığında, aşağıda verilen davranışları tavsiye etme (ya da yapma) olasılığınız nedir?

(1’den 5’e kadar cevabınızı en iyi yansıtan sayıyı daire içine alınız.)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Olası Değil Oldukça olası Çok olası | | |
| 19 | Sorunu azaltmak veya durdurmak için diyetinizi veya sıvı alımınızı değiştirin  *Change your diet or fluid intake to decrease or to stop the problem* | 1 2 3 4 5 |
| 20 | Stomanın ve stomanın çevresindeki cildin bakım şeklini değiştirin  *Change the way you manage the stoma and the skin around the stoma* | 1 2 3 4 5 |
| 21 | Stomaterapistinizi / hemşirenizi / doktorunuzu arayarak destek alın  *Call your stomaterapist / nurse / doctor for guidance* | 1 2 3 4 5 |
| 22 | Bir sonraki randevuda stomaterapist / hemşire / doktorunuzla ilgili sorun hakkında konuşma  *Talk about the problem to your stomaterapist / nurse / doctor to the next visit* | 1 2 3 4 5 |