

## Trakeostomian hoito kotona

---

Sinulle on tehty trakeostomia eli hengitystieavanne. Sinulla on kanyyli, joka vaatii päivittäistä hoitoa ja tarvitset tiettyjä apuvälineitä kotiin.

### Ilmankosteus

Kotona tulee huolehtia riittävästä huoneilman kosteudesta.

Sinun tulee hankkia ilmankostutin tarvittaessa. Noin 70 %:n ilmankosteus takaa sen, että mahdolliset limaeritteet eivät kuivu ja karstoitu kanyyliin.

### Imulaitteet

Hengitysteiden imemistä varten tarvitset imulaitteen. Sen saa lainaksi hoitotarvike jakelusta.

### Kanyylin puhdistus

Puhdista sisäkanyyli vähintään kahdesti päivässä ja tarvittaessa useamminkin.

Keittosuolaliuosta tarvitset imemisen yhteydessä ja sisäkanyylin liotukseen.

Jos sinulla on Provox -puheproteesi, se pitää puhdistaa 2-4 kertaa vuorokaudessa. Muista huolehtia myös hyvästä suuhygieniasta.

### Ihon hoito

Kanyylin alla on syytä käyttää pehmeää taitosta, jos kanyyli hankaa tai sinulla on herkkä iho. Rasvaa kanyyliä ympäröivää ihoa päivittäin. Kanyylin kiinnitysnauhat kannattaa myös vaihtaa tarvittaessa.

### Saunominen

Saunoa voit voinnin mukaan, mikäli sinulla on muovikanyyli. Uimista ei suositella.

### Varottava

Huolehdi siitä, että kanyyliin ei mene puuteria, talkkia, suihkeita, vettä, hiekkaa, pölyä, hyönteisiä, puun lehtiä, eläinten karvoja tai muita epäpuhtauksia. Pakkaselta, kuumalta ja ristivedolta kannattaa myös suojautua.

## **Ravinto**

Syö monipuolista ruokaa siinä muodossa, jossa sinun on helpoin sitä nauttia.