

## Hemvården efter total laryngektomi

### Trakeostoma

Vid laryngektomi avlägsnas hela struphuvudet och luftstrupen får mynna ut i en öppning i halsgropen. Till en början sätts en tub av silikon, alltså en larytub i hålet så att det inte går fast. Larytuber finns i olika storlekar, sådana modeller som har ett hål och som är utan. En kortare modell av larytub kallas laryknappen eller larybutton.

### Röstventil

Efter en bortoperering av struphuvudet går det inte längre att forma ljud som tidigare. I operationen har det satts åt dig en röstventil som möjliggör att du kan producera röst igen. Röstventilen är satt i väggen som skiljer mat- och luftstrupen. Ventilen syns bara då du tittar in i öppningen. Du kommer att behöva använda röstventil hela livet. Ifall att det blir problem med ventilen kan du byta ut den mot en ny på till exempel ÅUCS öronpoliklinik.

Ifall att man inte kan lägga en röstventil eller användningen av den inte lyckas, kan du alternativt använda en röstgenerator. Den genererar vibrationer och vibrerande ljudet formas sedan av svalget och munbotten och omvandlas till begripligt tal.

Kommunikation genom att skriva på papper, skicka textmeddelanden eller använda en dator är också viktiga kommunikationsverktyg. Det är möjligt att ladda ner ett talsyntesprogram till en mobiltelefon eller dator, så att den skrivna texten blir hörbar, talad högt.

### Användning av larytub

- Larytuben används för att hålla öppningen i halsgropen uppe. Den används i några månader efter operationen.
- Det lönar sig att ha två larytuber varav den ena är används och den andra är ren.
- Byt larytuben varje dag.
- Larytuben kan användas ca 6 månader före den måste bytas ut mot en ny.

### Fukt- och värmeväxlarens betydelse och användning

- En fukt- och värmeväxlare fuktar, värmer och rengör inandningsluften.
- Den hålls på larytuben eller fastsätts på stomiplåstret.
- Flimmerhårens funktion i luftvägarna blir bättre och det blir lättare att få slemmet upp.
- Skyddar mot luftens föroreningar och effektiverar andningsfunktionen.
- Byt fukt- och värmeväxlaren en gång i dygnet, vid behov oftare om den har mycket slem.

## Användning av stomiplåster

- Då huden runt stomiöppningen har läkt kan du istället för en larytub använda stomaplåster. Fukt- och värmeskyddet sätts direkt i stomiplåstret. På natten är det bra att använda larytub så att öppningen hålls bra uppe och huden får luftas.
- Stomiöppningen krymper med tiden och därför bör du följa med att öppningen inte bli för liten. Använd vid behov larytub för att hålla den uppe.
- Med stomiplåstret strävar man efter till att rösten som röstgeneratoren producerar är så bra som möjligt.

## Vården av huden runt stomin

- Rengör huden runt stomiöppningen alltid i samband med bytet av larytuben. Huden kan du rengöra med till exempel tvättlapparna. Du kan vid behov använda mild tvål. Gnid inte på huden. Torka huden ordentligt med klappande rörelser och smörja vid behov med mild bassalva.
- Du får inte släppa vatten in i stomiöppningen.
- Du kan använda vatten eller vattenbaserat glidmedel (KY-gel) som glidmedel när du sätter laryngektomikanylen i öppningen.
- Tvätta larytyben eller laryknppen med varmt rinnande vatten. Använd borsten. Ifall att larytuben eller laryknappen har mycket sekret på sig kan du blöta upp den i vatten före borstningen.
- Rengör larytubens borste genom att tvätta den med vatten. Låt torka utan skydd.

## Rengöring av röstventil

- Borsta röstventil 2-4 gånger om dagen, alltid i samband med bytet eller rengöring av larytub och efter måltiden.
- Du behöver en röstventilborste, spegel och en bra belysning.
- Röstventilen syns i stomiöppningens bakvägg som en ring där det finns ett hål i mitten.
- Vät borsten med vatten och för borsten sedan in i röstventilens hål så långt som den går lätt. Skuffa den inte in med våld. Dra borsten ut med runda drag. För inte borsten fram och tillbaka. Upprepa detta ända till röstventilen är ren och det inte blir slem på borsten.
- Till sist se till sist att röstventilens längre ända pekar neråt.
- Röstventilen håller i regel 3-6 månader före den måste bytas. Vid behov ska den bytas oftare.

## Vårdmaterialet hemma

- Trakeostomins vårdmaterial kan du beställa och hämta kostnadsfritt från din egen hälsocentrals materialutdelning.
- För att beställa vårdmaterialet får du ett intyg från sjukhuset. I intyget står det namn och produktnummer på materialet samt en bedömning av behovet.

- Då du hemförlovas får du först materialet från sjukhuset.

## **Annat att beakta**

- Du kan fästa larytuben runt halsen med ett band eller med speciella kardborreband ämnade för larytub (så kallade laryclips).
- Då du går i duschen bör du lägga ett plastskydd på stomiöppningen. Detta fastsätts på stomiplåstret.
- Du kan skydda trakeostomin med en duk eller annat motsvarande.
- Ifall att du är längre borta hemifrån lönar det sig att ha som en vana att ha med en flaska vatten, en larytub samt en rösventilborste, så att hålet inte täpps.
- Ifall att du behöver hosta då du dricker eller äter ska du ta i beaktan att röstventilen kan läcka och att maten eller drycken kan ha hamnat i luftstrupen. Då kan du vid behov lägga en propp på röstventilen under måltiden. Proppen läggs på röstventilen genom att lägga den på ändan av borsten och sedan trycka in den. Om röstventilen läcker boka så snabbt som möjligt tid till öronpolikliniken för byte.
- Det lönar sig att använda fukt- och värmeväxlaren under den tiden av året då hemmen bör värmas upp eftersom det kommer lätt beläggning på luftvägarna och stomiöppningen då luftfuktigheten minskar. Om du har luftvägsinfektion behöver det även fuktas extra. En bra luftfuktighet i hemmet är under vintertiden 20-40 % och på sommaren ungefär 50–70 %.