

Tracheotomy Care At Home

1. Daily Care

- **Clean around the stoma (opening):** Use sterile cotton swabs and saline or prescribed solution to gently clean the skin.
- **Change the dressing:** Replace the gauze around the stoma daily or when it becomes wet or soiled.
- **Inspect for signs of infection:** Look for redness, swelling, foul odor, or discharge.
- **Check tube security:** Ensure the tracheostomy ties are snug (1–2 fingers should fit underneath).

2. Humidification

- Use a humidifier or heat moisture exchanger (HME) to keep the airway moist.
- Stay hydrated to thin mucus secretions.

3. Suctioning

- **When?** Suction if you hear gurgling, see mucus build-up, or if breathing sounds noisy.
- **How?**
 - Wash hands and wear gloves.
 - Use a sterile suction catheter.
 - Insert gently without forcing and suction for no longer than 10 seconds.
 - Allow rest between suction attempts.

4. Tube Changes

- **Inner cannula (if present):** Clean or replace as directed (often daily).
- **Outer cannula:** Changed by a healthcare provider unless instructed otherwise.

घर पर ट्रेकीयोस्टॉमी की देखभाल

1. दैनिक देखभाल

- स्टोमा (छिद्र) के आसपास की सफाई: त्वचा को धीरे साफ करने के लिए स्टेराइल कॉटन स्वैब और सलाइन या निर्धारित घोल का उपयोग करें।
- ड्रेसिंग बदलें: स्टोमा के आसपास की पट्टी को रोज़ाना बदलें या जब वह गीली या गंदी हो जाए।
- संक्रमण के लक्षणों की जाँच करें: लालिमा, सूजन, दुर्गंध या साव पर ध्यान दें।
- ट्यूब की सुरक्षा की जाँच करें: सुनिश्चित करें कि ट्रेकीयोस्टॉमी के बंधन मज़बूत हों (1-2 उंगलियाँ नीचे आनी चाहिए)।

2. आर्द्रीकरण

- वायुमार्ग को नम रखने के लिए ह्यूमिडिफायर या हीट मॉइस्चर एक्सचेंजर (HME) का उपयोग करें।
- बलगम के साव को पतला करने के लिए हाइड्रेटेड रहें।

3. सक्शनिंग

- कब? अगर आपको गुड़गुड़ाहट सुनाई दे, बलगम जमा हो, या साँस लेने में शोर हो, तो सक्शन करें।
- कैसे?
 - हाथ धोएँ और दस्ताने पहनें।
 - स्टेराइल सक्शन कैथेटर का प्रयोग करें।
 - बिना ज़ोर लगाए धीरे से डालें और 10 सेकंड से ज़्यादा समय तक सक्शन न करें।
 - सक्शन के प्रयासों के बीच आराम दें।

4. ट्यूब बदलना

- आंतरिक कैनुला (यदि मौजूद हो): निर्देशानुसार साफ करें या बदलें (अक्सर रोज़ाना)।
- बाहरी कैनुला: अन्यथा निर्देश दिए जाने तक स्वास्थ्य सेवा प्रदाता द्वारा बदला जाता है।