

Užívajte si vodu

Ak s obavami premýšľate o praktických aspektoch kúpania so stómiou v mori alebo v kúpeľoch, je to celkom prirodzené. Ale s trochou prípravy a niekoľkými opatreniami vám nič nebráni v tom, aby ste sa vrátili ku všetkým aktivitám, ktoré ste si užívali pred operáciou, či už vo vode alebo na vode, prípadne aby ste vyskúšali aj nejaké nové.



Najlepšie je čistiť peristomálnu pokožku iba vodou. Mydlá a gély, ktoré by mohli narušiť pH vašej pokožky, použite na iné časti tela.



Použitím adhezívnych pásov ESENTA™ s podložkou môžete zostať vo vani oveľa dlhšie.

Objednajte si bezplatné vzorky:



ESENTA™ obrúsky alebo spreje na odstránenie stomickej pomôcky a zvyškov stomickeho príslušenstva bez štipania a na ochranu kože v okolí stómie.



Objednajte si bezplatné vzorky:

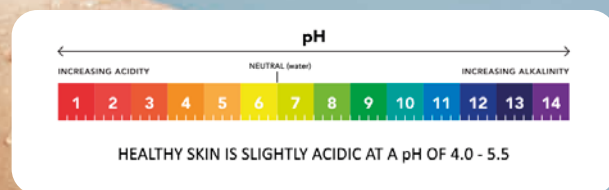




Zabezpečte správnu rovnováhu

Zdravá pokožka je mierne kyslá s prirodzeným rozsahom pH od 4 do 6 a dlhodobé vystavenie aktívnym tráviacim enzýmom pri výpuste zo stómie môže zmeniť pH peristomálnej pokožky na zásaditejšie pH 6 - 8. To môže poškodiť oblasť pokožky okolo stómie, ktorá potom svrbí, je bolestivá a náchylná na infekciu. Použitím efektívneho systému vreciek k tomu nedôjde, pretože výpust ide priamo do vrečka a nikdy sa nedotkne pokožky.

Aby ste ešte viac chránili peristomálnu pokožku, vrečko vždy vyberajte pomaly, pomocou spreja na odstraňovanie spojiva alebo utierkou tak, aby ste odlepili spojivo jednou rukou, pričom druhou rukou držte okolitú kožu. Vhodné je tiež opatrne umyť peristomálnu pokožku teplou vodou. Mydlá a gély môžu vysušovať a ak obsahujú olej alebo parfum, zanechajú zvyšky, ktoré môžu brániť správne fungovaniu spojiva.



Základy kúpeľa so stómiou

Kúpanie alebo sprchovanie sa odporúča s aplikovanou stomickou pomôckou. Pred namočením skontrolujte jej bezpečné tesnenie na koži.

Ak pre vás kúpanie predstavuje poriadne dlhé máčanie sa - vypnutý telefón, zapnutá hudba, zapálené sviečky a možno aj pohár vína (veď prečo nie?) - vyskúšajte vodoodolné pásky Varimate Thin. Sú špeciálne navrhnuté na kúpanie a plávanie, jednoducho sa aplikujú a udržia vašu stomickú pomôcku na mieste.

Pokiaľ ide o starostlivosť o peristomálnu pokožku, menej je viac a voda je v poriadku. Ak však chcete použiť mydlá a gély, vyberte si tie, ktoré neobsahujú olej, hydratačný prípravok alebo parfumy, pretože odstránenie zvyškov môže byť zložité a môže narušiť priľnavosť.

Keď vyjdete z vane alebo sprchy, buďte opatrní pri sušení vrečka. Buď ho jemne osušte uterákom, alebo ak chcete, môžete použiť fén, ale nastavený len na najnižšiu teplotu.



„Môžem plávať?“ „Áno, môžete“

„Môžem plávať?“ To je bežná otázka, ktorú si kladú ľudia po vyvedení stómie a odpoveďou je jednoznačné „áno, môžete“. Plávanie je skvelý spôsob, ako sa udržiavať v kondícii a zostať aktívnymi. Vodoodolné stomické vrecká Convatec vám pomôžu cítiť sa sebaisto a bezpečne, či už sa namočíte do mora, sladkovodného jazera alebo chlórovaného bazéna.



NAJLEPŠÍ TIP: Ak sa bojíte ísť plávať vo svojich nových bikinách, plavkách alebo šortkách, oblečte si ich a skočte do vane alebo sprchy, aby ste videli, ako sa správajú a ako vyzerajú s vreckom pri namočení.

Väčšina vreciek má filter, cez ktorý sa plyn uvoľňuje a dezodoruje, takže na to, aby sa do vrecka nedostala voda cez filter, stačí nalepiť kryt filtra. Pre istotu vyprázdňte vrecko pred tým, ako sa vrhnete do vody, a podložku

si nasadíte aspoň hodinu pred tým, ako plánujete ísť do vody.

Vodotesné, absorpčné a tvarovateľné podložky od spoločnosti Convatec obsahujú vrstvu hmoty Durahesive®

a Stomahesive®. Tento špeciálny komplex sa po kontakte s vodou zväčšuje a mení sa na gél, čím nielenže zabezpečuje ešte dokonalejšie tesnenie, ale tiež chráni pokožku.

* hmota Durahesive® sa nachádza v tvarovateľných pomôckach.

Veda za tesnením

Jedinečnú tvarovateľnú technológiu™ od spoločnosti Convatec tvorí trojvrstvé spojivo

Vodotesné, absorpčné a tvarovateľné podložky od spoločnosti Convatec obsahujú hmotu Durahesive® a Stomahesive® a sú určené na dlhšie nosenie.



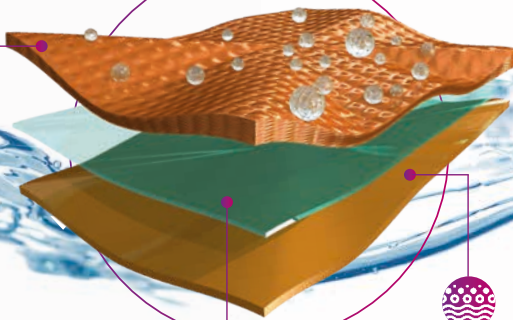
Technológia tvarovej pamäti

Roluje sa dozadu na dosiahnutie prispôsobenia.



Technológia Durahesive®

je hydrokoloidné spojivo, ktoré sa nazýva golier - spojivo sa pri kontakte s obsahom zo stómie jemne zväčšuje, čím pomáha chrániť pokožku a zaisťuje tesnenie bez jej poškodenia.



Technológia Stomahesive®

na vonkajšej strane podložky, ktorá je v kontakte s pokožkou. Technológia Stomahesive® je hydrokoloidné spojivo, ktoré jemne prilne k pokožke a chráni ju pred škodlivými účinkami obsahu zo stómie.



Polyetylénový film

Vodotesný a vodeodolný

Bud'te aktívni a sebavedomí

Keď si balíte tašku na deň na pláži, spolu s knihou, opaľovacím prípravkom a balenou vodou, vezmite si so sebou aj zásoby pre stómiu, aby ste si v prípade potreby mohli po kúpaní vymeniť vrečko.

Ak je vašou hlavnou obavou pri plávaní so stómiou to, ako sa budú na vaše vrečko pozerat' iní ľudia, snažte sa tým neznepokojovať - väčšinu ľudí to buď neprekvapí, alebo si ho pravdepodobne vôbec nevšimnú.

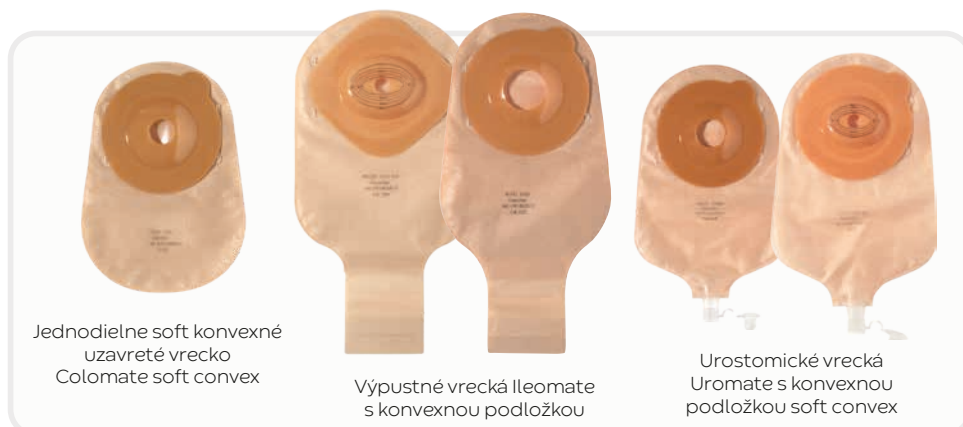
Ak si chcete len krátko zaplávať, môžete použiť Esteem+ Flex convex alebo jednodielne konvexné vrečko od spoločnosti EuroTec soft convex, alebo jednodielnu krytku Stomadress. Je menšie ako vaše priemerné vrečko, nepojme toľko výpustu, ale je tiež diskretnejšie. Vrečko si môžete zakryť odvážnymi vzorovanými alebo nariasenými plavkami, bikinami s vysokým pásom alebo plavkovými šortkami. A ak sa chystáte skákať do vody a potápať sa, alebo sa zúčastniť hodiny aqua aerobiku v bazéne, zaistíte si vrečko stomickým pásom. Môžete si tiež kúpiť špeciálne stomické plavky, ktoré majú priestor na zastrčenie vrečka.



Bezplatná vzorka



**NASKENUJTE QR KÓD:
POZRITE SI VIAC
PRODUKTOV ALEBO
ZADAJTE OBJEDNÁVKU**



Nezanevrite na vírivky

Nie je nič príjemnejšie ako deň strávený v kúpeľoch, ktorý by nebol kompletný bez rozmaznávania vo vírivke. Alebo možno máte vy alebo vaši priatelia vírivku v záhrade. Convatec vám dáva istotu, že si budete môcť užívať vírivky a kúpele dodržiavaním niekoľkých jednoduchých rád. Uistite sa, že je podložka zabezpečená, nasadíte si ju aspoň hodinu pred kúpaním a vyprázdnete vrečko tesne pred tým, ako vojdete do vody. Pre väčšiu bezpečnosť použite vodoodolné pásky Varimate Thin, ktoré sú navrhnuté tak, aby udržali vašu kožnú bariéru na mieste dlhšie, alebo môžete použiť stomický pás okolo vrečka, aby sa zabránilo jeho pohybu spôsobenom vodou.



Prispôsobiteľný stomický opasok

Bezplatná vzorka



Ochranný film v spreji (sting-free) ESENTA™. Vytvára na pokožke priedušnú bariéru. Chráni pokožku až 72 hodín^[1]

Bezplatná vzorka



Udržujte svoju podložku na mieste dlhšie s adhezívnymi páskami ESENTA™

Bezplatná vzorka



NASKENUJTE QR KÓD, POZRITE SI VIAC PRODUKTOV ALEBO ZADAJTE OBJEDNÁVKU

Referencia: 1. Voegeli D, LBF® "No-Sting" Barrier Wipes: Skin Care Using Advanced Silicone Technology, British Journal of Nursing, 2008; Vol. 17: No. 7. 2. Data on file. Convatec Inc

Ponorte sa do vodných aktivít

To, že máte stómiu, neznamená, že vaše dni plné vzrušenia sa skončili. Ak ste si pred operáciou užívali adrenalín, nie je dôvod s tým prestať, samozrejme až potom, čo vášmu telu poskytnete primeraný čas na zotavenie. Pred tým, ako vyskúšate niečo nové, alebo prvýkrát po operácii s vyvedením stómie, by ste sa mali vždy poradiť so svojou zdravotnou sestrou alebo praktickým lekárom. Ak je vaša vášňou potápanie, musíte sa obrátiť aj na svoje potápačské centrum a požiadať o odbornú radu, a po vyplnení dotazníka budete pravdepodobne musieť predložiť potvrdenie od lekára, až potom budete môcť znova začať s potápaním.



NAJLEPŠÍ TIP: Vždy sa porozprávajte so svojou zdravotnou sestrou alebo praktickým lekárom pred tým, ako po operácii vyskúšate niečo nové alebo „extrémne“, no nedovoľte, aby vám stómia bránila žiť ten najlepšší život.

Iné aktívnejšie činnosti vo vode aj na vode, ako je vodný skúter, vodné lyžovanie, surfovanie, jazda na kajaku a šnorchlovanie, by nemali byť nedosiahnuteľné len preto, že máte stómiu. Len sa musíte vopred trochu pripraviť, napríklad dbať na to, čo zjete deň pred tým, vyprázdniť a zaisťiť vrečko, uistiť sa, že máte po ruke ďalšie zásoby pomôcky, a vždy sa najskôr poradiť s lekárom.



zákaznícka linka

convatec

0800 800 111

pre volajúceho zadarmo

Telefón: 037/77 64 930

Pondelok - piatok od 8.00 do 16.30

(v prípade neprítomnosti sa vám ozve záznamník)

Ak máte otázku, môžete nás priamo kontaktovať na e-mail:

stomalinka@convatec.com

Viac informácií získate na našej web stránke

www.convatec.sk

alebo na sociálnych sieťach



[@convatecslovensko](https://www.instagram.com/convatecslovensko)

Distribúcia:

STOMIA, s.r.o.

Staničné námestie 1, 040 01 Košice

Tel./Fax: +421/55/625 22 88, Tel.: +421/55/623 00 67, 055/623 13 41, Mobil: 0907 794 861

E-mail: stomia@stomia.sk

(možnosť zásielkovej služby)

PHAREX, s.r.o.

Prieložtek 1, 036 01 Martin

Tel.: + 421/43/381 04 70, Fax: +421/43/422 35 69, Mobil: 0918 910 999

E-mail: objednavky@pharex.sk, nemcekova@pharex.sk

(možnosť zásielkovej služby)

PHOENIX, Z.z., a.s.

Pribylinská 2/A, 831 04 Bratislava

Tel.: +421/2/499 99 111, Fax: +421/2/499 99 117

Kontakty na regionálnych reprezentantov Convatec OC:

Východné Slovensko - 0911 944 802

Stredné Slovensko - 0911 944 827

Západné Slovensko - 0911 944 850