Insieme agli altri con naturalezza

CONSIGLI PRATICI PER LA VITA QUOTIDIANA

Hollister

Prolasso: abbassamento o fuoriuscita dalla sede naturale di un viscere, causato dal cedimento o dal rilassamento dei tessuti che lo mantengono in posizione.

Rene: organo deputato alla depurazione del sangue, ed alla formazione dell'urina. I reni sono due, il rene destro ed il rene sinistro.

Riabilitazione: complesso di processi articolati di informazione addestramento e controllo, che tende a reintegrare una persona nella società, riattivandone l'efficienza psico-fisica. La collaborazione della persona, e dei suoi familiari, è sostanziale per la riuscita della riabilitazione.

Sapone di Marsiglia: particolare sapone, non profumato, (assomiglia a quello da bucato: attenzione a non confondersi) con una composizione tale da non alterare il pH (vedi pH) della pelle e delle mucose.

Stipsi - stitichezza: rallentamento o arresto delle feci nell'intestino che provoca difficoltà od impossibilità ad evacuare (espellere le feci).

Stoma /Stomia: parola di derivazione greca, che significa "bocca". In medicina viene usata per definire la comunicazione di una cavità dell'organismo con l'esterno.

Tessuto -Non tessuto (TNT): particolare "tessuto"atossico e inerte; largamente adoperato perché permette una buona traspirazione della pelle.

Uretere: condotto che trasporta l'urina, formatasi nel rene, nella vescica, dove si raccoglie per poi essere espulsa. Gli ureteri sono due (destro e sinistro), uno per ogni rene.

Uretra: condotto che trasporta l'urina accumulatasi nella vescica all'esterno.

Vescica: è il serbatoio dell'urina. L'urina, una volta formatasi nei reni, viene riversata nella vescica attraverso gli ureteri e da qui viene espulsa all'esterno tramite l'uretra.

Viscere: termine generico riferito a qualsiasi organo contenuto nelle cavità toracica o addominale del corpo umano; in questo libricino viene usato per indicare un tratto d'intestino.

Intestino **colon** - tratto dell'intestino crasso, compreso tra il cieco ed il retto. In questo tratto di intestino il materiale intestinale viene privato dell'acqua e trasformato in feci solide.

Il colon si divide in tre segmenti:

- ***colon ascendente*** - situato nella parte destra dell'addome (il contenuto del materiale intestinale in questo tratto è ancora prevalentemente liquido) e continua nel colon trasverso.
- ***colon trasverso*** - attraversa la cavità addominale portandosi da destra verso sinistra e continua nel colon discendente.
- ***colon discendente*** - situato nella parte sinistra della cavità addominale, forma un'ansa denominata sifone sigmoideo e confluisce nell'intestino retto. In questo tratto di intestino le feci assumono la loro consistenza definitiva per poi essere espulse attraverso l'ano.

Mucosa: il tessuto che riveste le cavità interne del corpo (la parte interna della bocca, del naso, ecc.)

Nomenclatore Tariffario: previsto dal decreto Ministeriale, contiene le indicazioni dei diversi prodotti concedibili gratuitamente e la classifica con un numero di codice.

Orifizio: apertura che mette in comunicazione una zona/parte interna" con l'esterno (lo stoma è per esempio un orifizio).

Peristomale: "intorno lo stoma" - la superficie cutanea che circonda lo stoma viene detta area peristomale.

pH: il *pH* è la misura del grado di acidità; in natura tutte le soluzioni, i composti sono o acidi, o neutri oppure basici (il contrario di acido): anche i tessuti del corpo hanno questa proprietà. Il pH acido è identificato dai numeri inferiori al 7, pH neutro è un pH uguale a 7, il pH basico o alcalino è identificato dai numeri superiori al 7 (es.: una soluzione con pH=3 è una soluzione acida; una soluzione con un pH=7 è una soluzione neutra; una soluzione con pH=9 è una soluzione basica).
Anche i saponi hanno un grado di pH: i saponi cosmetici, per rispettare il pH fisiologico (cioè quello del corpo) hanno un pH che varia da 5 a 7.

Estroflessione: letteralmente significa "piega verso l'esterno", nel caso della stomia significa che la *parete interna (mucosa) dell'intestino*, in determinate circostanze, fuoriesce eccessivamente a livello dello stoma.

Fistola chirurgica (drenaggio): canale di varia lunghezza che mette in comunicazione una cavità naturale con l'esterno.

Flatulenza: accumulo e relativa emissione di gas.

Flora batterica: nell'intestino vivono normalmente dei batteri la cui presenza è utile ai processi digestivi. L'insieme di questi diversi batteri si chiama flora batterica intestinale.

Ileo: vedi "Intestino"

Intestino: si divide in ***intestino tenue*** ed ***intestino crasso***

- ***Intestino tenue*:** situato subito dopo lo stomaco e prima dell'intestino crasso.
  Comprende: il duodeno, il digiuno e l'ileo.
  Lungo circa 6 - 7 metri, in esso continua la digestione degli alimenti, con l'assorbimento delle sostanze nutritive.
- ***Intestino crasso*:** lungo circa mt. 1,80 è situato dopo l'intestino tenue e termina con lo sfintere anale.
  Comprende: il *cieco*, il *colon* ed il *retto*.
  In esso avviene il riassorbimento dell'acqua, presente nel materiale intestinale, ed il conseguente consolidamento delle feci.

Intestino **ileo** - tratto dell'intestino tenue, situato tra il digiuno e l'intestino cieco (tratto iniziale dell'intestino crasso). Tramite i "villi intestinali", che sono particolari formazioni della superficie intestinale interna (mucosa) presenti in questo tratto di intestino, avviene l'assorbimento delle sostanze nutritive.

Intestino **cieco** - tratto iniziale dell'intestino crasso, fa seguito all'intestino ileo, con cui comunica attraverso la valvola ileo cecale, e sfocia nel colon (colon ascendente).

Numero Verde
800-836088
CHIAMATA GRATUITA

Glossario

Apparato Urinario: l'insieme costituito essenzialmente da i due reni, i due ureteri, la vescica urinaria, l'uretra, e che provvede alla depurazione del sangue ed alla formazione ed escrezione dell'urina.

Area peristomale: la superficie di pelle che circonda lo stoma.

Cieco: vedi "Intestino"

Colon: vedi "Intestino"

Costipazione: ingombro dell'intestino dovuto ad esempio a stitichezza.

Cute: = pelle - organo che riveste tutto il corpo con molteplici funzioni, tra le quali quella di protezione, di respirazione, di regolazione del calore corporeo, di escrezione (sudore).
È formata da tre strati: epidermide, derma e ipoderma.

Dermatite: irritazione più o meno grave della pelle (da derma: uno dei componenti del tessuto cutaneo) che può avere diverse cause.

Diametro: linea retta che, passando per il centro, unisce due punti opposti di una circonferenza o cerchio. In questo caso il cerchio è rappresentato dallo stoma e la misura del diametro è in pratica la misura dell'ampiezza dello stoma.

Enzimi: sostanze chimiche particolari, prodotte dall'organismo, necessarie per i processi di digestione del cibo.

Ernia: fuoriuscita dalla sede addominale di anse intestinali, dovuta in genere a rilassamento dei muscoli addominali; si presenta come una tumefazione, a volte dolente, ed è più evidente quando la persona si trova in posizione eretta o quando vengono compiuti sforzi. È più frequente nelle persone con problemi di sovrappeso.

Hollister

La *riabilitazione domiciliare* dovrebbe iniziare con una corretta informazione nel reparto in cui si è stati operati e proseguire con *l'intervento dell'E.T. sotto la supervisione dello specialista*.

Oltre al Medico Chirurgo, che con il suo intervento ha risolto una situazione critica, anche il Medico specialista, l'infermiere Stomaterapista o Enterostomista ricoprono una particolare importanza, soprattutto nella fase della riabilitazione domiciliare.
La persona stomizzata può trarre solo vantaggio affidandosi ai loro consigli che racchiudono studio, esperienza e competenza maturata in anni di professione dedicati a risolvere le problematiche delle persone stomizzate.

In sintesi, coloro che si occupano della riabilitazione della persona stomizzata:

- la aiutano da un punto di vista psicologico;
- la educano e la supportano nella gestione della stomia;
- la informano sui diversi tipi di dispositivi e sacche di raccolta esistenti e su come si applicano;
- la orientano per ottenere i materiali necessari;
- le consigliano come e con che cosa proteggere la cute peristomale;
- le suggeriscono la dieta più adatta al suo tipo di stomia;
- le insegnano alcune metodiche specifiche, come l'irrigazione (solo per alcuni tipi di enterostomia);
- la controllano per quanto riguarda il funzionamento della sua stomia e il nascere di eventuali complicazioni;
- collaborano con lei perché reagisca in modo positivo, non si rassegni ma ritorni a condurre una vita normale come tutti.

Il medico di fiducia

Può collaborare con la persona stomizzata, consigliandola, prescrivendo gli esami di routine ed i controlli da effettuare, fornendo le ricette necessarie per ottenere gli ausilii ed i dispositivi previsti e concessi dal Nomenclatore Tariffario.

• L'assistenza domiciliare
Le persone stomizzate che fruiscono dell'assistenza domiciliare da parte di infermieri professionali, del medico di base o di altri specialisti, potranno richiedere ogni informazione specifica relativa ai presidi per stomia ed il loro impiego e la soluzione di eventuali inconvenienti; questo personale, di norma dovrebbe essere professionalmente preparato a questo tipo di assistenza specifica.

Suggerimenti utili

"A chi e come" chiedere aiuto, quando serve

Oltre al medico di base, per le prescrizioni dei presidi, e agli specialisti, esistono anche alcune associazioni di sostegno in cui opera personale esperto per l'assistenza e la riabilitazione delle persone stomizzate.
Queste associazioni hanno sedi locali che il **Numero Verde Hollister 800-836088** é in grado di indicare.

- **FAIS** (Federazione Associazioni Incontinenti e Stomizzati) i cui soci sono persone portatrici di stomia, medici e stomaterapisti, cioé operatori sanitari specializzati proprio nella riabilitazione e nell'assistenza alle varie problematiche degli stomizzati, nonché sostenitori volontari.
- **AISTOM** (Associazione Italiana Stomizzati)
- **A.I.O.SS** è l'Associazione Italiana Operatori Sanitari Stomaterapia, collegata a W.C.E.T. (World Council of Enterostomal Therapist, associazione internazionale che raggruppa gli infermieri professionali stomaterapisti o enterostomisti (E.T.) cioé tutti gli specializzati, appunto, nella gestione della stomia.

*La riabilitazione**

L'enterostomista

La prima fase del processo di riabilitazione* dovrebbe iniziare in Ospedale nel postoperatorio, subito dopo l'intervento, fino alla dimissione. In questo periodo il paziente dovrebbe essere aiutato a prendere contatto con la sua nuova realtà di persona stomizzata e con il suo corpo, modificato dalla presenza del nuovo organo: lo stoma. Dovrebbe imparare gradualmente dal personale sanitario tutte le manovre necessarie alla sua gestione in modo da occuparsene autonomamente al suo ritorno a casa.

- **C'è qualcosa di importante che devo fare se pratico uno sport?**

Portare sempre con sé, magari in un marsupio o nella borsa da ginnastica, l'occorrente per un cambio di sicurezza e delle salviette detergenti, nel caso non fosse disponibile dell'acqua corrente.

Il lavoro

- **È possibile trascorrere un'intera giornata lavorativa senza inconvenienti o senza trovarsi in difficoltà?**

Anche se il lavoro o la professione richiede un contatto continuo con il pubblico, non ci sarà nessuna difficoltà a svolgere la propria attività come prima: basterà avere sempre con sé in una borsa (una 24 ore, una tracolla, uno zaino, secondo il tipo di lavoro) l'occorrente per cambiarsi e per qualsiasi emergenza, come dei fazzolettini imbevuti, un asciugamano o delle salviettine di carta morbida e del sapone neutro liquido.

Per essere tranquilli durante le ore lavorative, la scelta dellla sacca va orientata verso un dispositivo "di qualità", che soddisfi davvero le reali necessità, garantendo effettivamente le prestazioni attese.

Per quanto riguarda il problema del pranzo, se il lavoro occupa l'intera giornata, volendo ci si può organizzare portando il cibo da casa, oppure accordarsi con la mensa (esibendo eventualmente un certificato medico che attesta l'esigenza di seguire una dieta particolare), o ancora, se si è costretti a mangiare in un ristorante, scegliere con cura cibi adatti e digeribili.

- **Cosa posso utilizzare invece dell'acqua potabile?**

Se l'acqua non è potabile basterà bollirla ed utilizzarla una volta che si è raffreddata; un'altra soluzione è quella di adoperare, nei momenti d'emergenza, acqua in bottiglia (minerale).

- **Posso mangiare cibi crudi?**

Evitate di mangiare cibi crudi, o che non siano ben cotti.
Possono essere una fonte pericolosa di batteri e provocare problemi all'intestino e a carico dell'apparato urinario.

- **Ci sono problemi a prendere l'aereo?**

Tutti i mezzi di trasporto vanno bene, anche l'aereo, ma occorre controllare che la sacca non si gonfi troppo e comunque è bene avere a portata di mano tutte le cose utili per il cambio. (vedi elenco a pag 11)

I momenti liberi, lo sport e gli svaghi/hobby

Non sussiste alcuna limitazione nel praticare, senza esagerare, una sana attività sportiva, esclusi naturalmente gli sport come il pugilato od altri troppo intensi o violenti.

- **Si può praticare il nuoto ?**

Le donne possono indossare un costume intero e gli uomini un costume a calzoncino: usando un dispositivo adatto come la sacca mini, si può nuotare benissimo e con sicurezza. I prodotti di nuova concezione resistono senza problemi a un bagno o una bella nuotata.

- **Posso andare in bicicletta?**

Come già detto non ci sono controindicazioni per sport non traumatici, si può andare in bicicletta, correre, giocare a tennis, fare ginnastica, tutto però senza stancarsi troppo.

Gli amici e i conoscenti

Oltre ai familiari esistono gli amici più stretti e poi una schiera di persone con le quali si intrattengono rapporti, più o meno approfonditi, (es. vicini di casa, colleghi di lavoro, ecc.) che, pur sapendo del ricovero in ospedale, non sono stati messi al corrente dell'intervento chirurgico o, comunque, delle sue conseguenze.

Non è obbligatorio, per il timore che le persone possano intuire da sole la "diversità nascosta', descrivere a tutti la propria vicenda. Una volta superato il periodo di convalescenza e le difficoltà iniziali, la persona stomizzata è in grado di fare tutto quello che faceva prima dell'operazione, e, quindi, nessuno si renderà conto della nuova situazione.

Viaggi / Vacanze

Concedersi una meritata vacanza, fare un viaggio, non è un problema, fatti salvi alcuni accorgimenti pratici: nel bagaglio ci sarà un posto da riservare a tutto l'occorrente per i cambi.

Inoltre, una piccola borsa a tracolla, uno zaino od un marsupio permettono di avere sempre a portata di mano lo stretto necessario per "un cambio" e delle salviette detergenti d'emergenza .

Altra cosa importante è avere sempre a disposizione, nel luogo di vacanza, *acqua potabile, sia per bere che per lavarsi i denti sia per la pulizia dello stoma.*

Numero Verde
800-836088
CHIAMATA GRATUITA

Vita sociale

Poiché la persona (preferenze, interessi, affetti, abitudini) é la stessa, come era prima, non c'é motivo di rinunciare alla propria identità.
É possibile un totale recupero in termini di autonomie e indipendenza sociale.

Con gli altri

Ricominciare a vivere

In una strada, tra la gente indaffarata, tra le persone sedute nei bar o nei ristoranti, in un parco, ovunque ciascuno di noi é uno dei tanti ed é praticamente impossibile essere riconosciuto come portatore di stomia.

Spiegarsi e capirsi

Anche se un figlio o un nipote è abbastanza grande da poter capire, il genitore o il nonno/a potrebbe incontrare delle difficoltà a parlare di sé e di tutto quello che è cambiato per lui/lei dopo un intervento chirurgico come quello che ha portato ad una stomia.
I ragazzi sono capaci di partecipare con affetto se vengono spiegati loro, senza farli preoccupare più del dovuto, i motivi dell'operazione e le modifiche che questa ha comportato; l'immagine del genitore o del nonno/a per loro non cambia.

- **Quali spiegazioni posso dare al miei figli/nipoti?**

Dipende dall'età e dal carattere dei figli; se sono piccoli è inutile dare spiegazioni che non sono in grado di capire; se sono abbastanza grandi, è bene informarli, lasciando spazio alle loro domande, e rispondendo in modo vero, semplice e chiaro.

- **Nella nostra casa abbiamo un unico bagno e i ragazzi non capiscono le mie necessità. Cosa posso dire loro perché non mi disturbino quando mi sto "cambiando"?**

Si deve parlare chiaro e spiegare l'importanza di questa particolare operazione, quanta attenzione e delicatezza serva nell'effettuarla, e quindi "tempo": ai ragazzi si richiede soprattutto comprensione.
Diventerà poi tutto più semplice quando si acquisterà confidenza con questa pratica giornaliera, abbreviando la durata di permanenza nel bagno.

Accettare il cambiamento

La stomia non è un intervento che in sé comporta conseguenze invalidanti. La vita continua con i suoi momenti belli e le sue sfide. Non ci sono precauzioni speciali da osservare - con un presidio adatto e poche semplici cautele, si possono praticare tutte le attività che si effettuavano in precedenza.
Aspetti delicati e personali come quelli attinenti alla sessualità non vanno rimossi. Mantenere una vita sessuale piena e felice è importante ai fini dell'equilibrio personale e della piena riabilitazione.

• Come devo comportarmi con il/la partner?

Il cambio della propria immagine corporea può richiedere una fase di adattamento: occorre darsi il tempo per accettare questa modifica.
Inizialmente prevale la sfera affettiva: parlare insieme dei propri sentimenti e delle rispettive esigenze, timori e dubbi sono la prima necessità.
In questa fase, é importante mantenere le abitudini precedenti: dormire insieme, continuare ad abbracciarsi e stringersi con affetto. Non focalizzarsi sul pensiero dello stomia, né su preoccupazioni inerenti la propria capacità di riprendere una vita sessuale attiva.

• É possibile una normale vita sessuale?

Moltissime persone possono confermare che anche con una stomia, in assenza di altri problemi specifici, é possibile condurre una vita normale in tutti gli aspetti - sessualità, contraccezione e gravidanza compresi.
I presidi moderni sono rivestiti in materiali color pelle, morbidi e piacevoli al tatto, e hanno un disegno anatomico.
Come per ogni altra attività fisica, é consigliabile indossare una sacca pulita prima dell'attività sessuale.
L'uso di una sacca di dimensioni Mini, o di un Mini Cap associato alla pratica dell'irrigazione, aiuterà a sentirsi a proprio agio. Non c'é comunque da temere che la propria sacca, se applicata con cura sulla pelle pulita e asciutta, possa staccarsi.

Vita familiare

Ritorno a casa

Come per tante altre persone che hanno subito interventi che modificano sostanzialmente il proprio fisico, non è facile accettare immediatamente la nuova condizione. Occorre sforzarsi di trovare la determinazione necessaria, e se non basta, chiedere aiuto ai familiari.

Per tornare ad essere se stesso con gli altri occorre ristabilire, punto per punto, un rapporto normale con tutti, a cominciare dall'ambiente familiare.

Bisogna ritrovare il contatto, un rapporto specifico con ognuno dei nostri cari. A volte accade che il comportamento delle persone sia solo una conseguenza dell'atteggiamento che si assume nei loro confronti: così, far pesare ai familiari la propria "diversità" può creare situazioni di incomprensione, rendere difficoltosa la loro collaborazione con la persona stomizzata per il suo reinserimento nella vita sociale.
Il loro affetto è un altro fattore importante per recuperare la necessaria serenità per continuare ad "essere se stessi".

L'abbigliamento

- **È meglio indossare abiti larghi per non schiacciare la sacca?**

Certo, è preferibile non indossare abiti troppo aderenti, preferire un bel paio di bretelle per sorreggere i pantaloni invece della cintura, oppure non portare cinture molto strette. Per il resto la scelta del vestito è personale; magari è più sano adottare i tessuti in fibra naturale, soprattutto d'estate quando il vestito è più a contatto con la pelle, per favorire la traspirazione ed evitare irritazioni alla cute peristomale: basta sentirsi comodi e a proprio agio, scegliere un sistema di raccolta con filtro antiodore, che sia antifruscio (con TNT) ed abbia una forma discreta.

➤ Compilare ed inviare il coupon allegato per ricevere materiali informativi e campioni, nel rispetto del D. Lgs 196/2003. Per maggiori informazioni chiamare il **Numero Verde Hollister 800-836088** (chiamata gratuita - servizio attivo dal lun al ven dalle 9,30 alle 17,00) o scrivere a LineaVerde@Hollister.it

- **Posso usare lo panciera, visto che il mio addome tende a dilatarsi?**

Si può adottare soltanto una panciera specifica con un'apertura adeguata all'altezza dello stoma, che permetta l'applicazione e la corretta portabilità della sacca.

L'igiene personale

- **Posso fare la doccia o il bagno?**

Nulla vieta alle persone stomizzate di fare il bagno o la doccia quando lo desiderano. In genere è preferibile farlo prima del cambio della sacca, indossando la vecchia sacca per non bagna re o rovinare la nuova sacca e/o la placca, oppure il filtro.

- **È possibile che la sacca si stacchi durante il bagno o la doccia?**

Normalmente non accade, ma potrebbe avvenire in caso di alterazione della barriera (placca).

- **L'acqua può rovinare il filtro antiodore della sacca?**

Per evitare che il filtro venga ostruito da sapone od altro, e quindi non funzioni, si applicano gli appositi coprifiltro.

• Mi imbarazza il problema del gas e dei cattivi odori, posso risolverlo con la dieta?

Se nella dieta personale sono presenti ad esempio cibi come cavolfiori o cavoli in genere, broccoletti, funghi, cipolle, ceci, fagioli, birra, ecc. (per tutti gli altri consultare la tabella), si avrà certamente questo tipo di problemi: quindi bisogna diminuire il consumo di questi alimenti.
Comunque esistono anche dei dispositivi con filtro antiodore e coprifiltro che permettono di limitare problema.

➤ Compilare ed inviare il coupon allegato per ricevere materiali informativi e campioni, nel rispetto del D. Lgs 196/2003. Per maggiori informazioni chiamare il **Numero Verde Hollister 800-836088** (chiamata gratuita - servizio attivo dal lun al ven dalle 9,30 alle 17,00) o scrivere a LineaVerde@Hollister.it

• Il filtro è davvero cosi efficiente?

Il filtro elimina una naturale quantità di gas. Quando la produzione di gas è eccessiva si dovrebbe rivedere e correggere l'alimentazione con l'aiuto del medico.

• A cosa serve il coprifiltro?

A proteggere il carbone attivo che costituisce il filtro dell'umidità durante l'igiene.
Inoltre il filtro può esaurirsi, soprattutto se la produzione di gas è eccessiva: in questo caso il coprifiltro evita che dalla sacca fuoriescano cattivi odori.
Il coprifiltro arresta inoltre un'eventuale leggera fuoriuscita del materiale fecale, soprattutto se le feci sono liquide o quando si è in posizione orizzontale (es: a letto), salvaguardando così anche la biancheria intima a contatto con il filtro stesso.

• Quanto dura un filtro?

In media 8-12 ore, ma come precedentemente accennato la sua durata dipende dalla produzione di gas.

- **Quali cibi sono da preferire in caso di ileostomia?**

Il riso, la pasta poco condita, le patate, le banane tendono a rassodare le feci. La dieta comunque deve essere variata per dare all'organismo tutte le sostanze necessarie.

- **Sono abituato a bere un po'di vino durante i pasti, posso continuare a consumarlo?**

Se un po' di vino bevuto durante il pasto non ha provocato problemi si può introdurlo nella propria dieta ma con moderazione; la stessa cosa vale per le bevande eccitanti come caffé o té, oppure per il latte, ricordando che alcool e caffé accelerano il transito delle feci.

- **Che cosa posso fare per gli episodi di diarrea?**

Eliminare momentaneamente dalla dieta latte o latticini ed i cibi che provocano un passaggio troppo rapido delle feci, o quelli che personalmente sono mal tollerati.
I fermenti lattici, su consiglio o prescrizione, sono utili per ristabilire la flora batterica; ma se la diarrea va dominata con i farmaci bisogna rivolgersi al medico, che prescriverà quelli più adatti.

- **Posso usare i lassativi quando mi capitano episodi di stipsi?**

Evitare di usare lassativi!
Introdurre nella dieta alimenti ricchi di scorie, bere acqua e aggiungere un po' più di olio di oliva di solito aiuta a risolvere gli episodi di stipsi, ma se nonostante questo il problema continua bisogna rivolgersi al medico.

Numero Verde
800-836088
CHIAMATA GRATUITA

Alimenti:

alcuni esempi

Cibi e bevande che accelerano il transito intestinale:

- alcoolici (vino, spumante, ecc.)
- bevande gassate
- latte intero, panna, formaggi grassi e fermentati
- dolci
- brodo di carne
- frutta (soprattutto con la buccia) e verdure
- cibi fritti
- carni grasse
- insaccati

Cibi e bevande che rallentano il transito intestinale:

- cereali integrali
- pane, pasta, riso
- pesce cotto al vapore o lesso
- carni bianche
- carote crude
- mele, banane
- verdura cotta (solo alcune)

Cibi e bevande responsabili della formazione di gas:

- pane, pasta o riso poco cotti
- legumi
- pesce fritto
- carni affumicate
- cavoli, cavolfiori, broccoli e tutti gli ortaggi appartenenti a questa famiglia
- spezie
- frutta secca
- bevande gassate
- birra superalcolici
- formaggi freschi
- funghi

Cibi e bevande che provocano odore nelle urine

- asparagi
- peperoni
- broccoli
- cipolle
- cavoli, cavolfiore
- pesci grassi
- formaggi stagionai
- uova

Hollister

• Il tipo di dieta delle persone portatrici di *colostomia sinistra* sarà invece simile a quella seguita prima dell'intervento; la quantità di liquidi ingeriti durante il corso della giornata influenzerà la consistenza delle feci e quindi potrà essere aumentata o ridotta secondo la necessità.
Evitando di mangiare cibi che fermentano, troppo speziati o aromatici, si potrà controllare la produzione di gas intestinali e, quindi, di odori.
Per le persone *urostomizzate* non esistono delle tabelle indicative degli alimenti da preferire o da evitare, l'unico suggerimento è quello di bere molto e chiedere allo specialista se e quale dieta seguire.

In linea generale comunque ci sono alcuni accorgimenti che possono aiutare:

- ricordare che tutti i cibi che prima dell'intervento provocavano costipazione*, diarrea o flatulenza*, probabilmente avranno gli stessi effetti anche dopo l'intervento;
- non cambiare drasticamente le proprie abitudini, ma introdurre nella dieta gli alimenti uno alla volta per vedere che tipo di effetto producono sulla digestione e l'evacuazione;
- organizzare e compilare una tabella personale, nella quale annotare tutti gli alimenti, i cibi, le bevande che una volta provati, non hanno provocato effetti indesiderati e sono risultati digeribili, segnare nell'elenco dei "proibiti" quelli che invece hanno dato disturbi e problemi di varia natura
- bere acqua tra un pasto e l'altro piuttosto che durante i pasti;
- evitare le bevande gassate;
- evitare le bevande troppo fredde;
- evitare cibi che producono gas e cattivi odori;
- preferire l'olio di oliva, soia o mais ai grassi animali (burro, strutto, ecc.);
- limitare l'uso di grassi e sughi elaborati, preferendo cibi cotti naturalmente, al vapore, bolliti, al forno o alla griglia;
- seguire orari regolari per i pasti;
- non mangiare eccessivamente, ma adottare l'abitudine di integrare i due pasti principali con due spuntini leggeri, per facilitare la digestione ed evitare che si formi aria/gas nell'intestino vuoto;
- masticare bene e lentamente;
- controllare frequentemente il proprio peso che dovrebbe mantenersi costante: se si tende ad ingrassare troppo è meglio farsi controllare dal medico.

Una dieta ben studiata previene l'aumento di peso o l'insorgenza di patologie derivanti da una nutrizione non equilibrata.

La realtà quotidiana

L'alimentazione

Seguendo le indicazioni dei medici e degli enterostomisti sarà facile individuare un po' alla volta quali sono i cibi più adatti alla sua dieta. Si tratta di trovare un equilibrio alimentare che faciliti il recupero delle forze ed il mantenimento di uno stato di forma ottimale oltre al controllo delle evacuazioni, della perdita dei liquidi, dell' emissione di gas e odori.

- Le persone portatrici di ileostomia seguiranno una dieta che aiuti a rendere un po' più consistenti le feci e cercheranno di reintegrare la perdita di liquidi bevendo molta acqua, spremute di agrumi e succhi di frutta centrifugati; bere abbondantemente durante la giornata servirà anche a diminuire l'acidità del materiale di escrezione. La loro dieta sarà ricca di vitamine e di sali minerali (magnesio, calcio, sodio, potassio, fosforo).
  L'alimentazione più adatta per questo tipo di stomia è povera di grassi, che aumentano la velocità di transito dei cibi nell'intestino, ed è anche povera di scorie (cellulosa e pectina) che non sono digeribili: la frutta, ad esempio, che è ricca di queste sostanze, dovrà essere mangiata senza buccia e centrifugata.

- Le persone portatrici di colostomia destra (o trasversostomia) adotteranno le stesse abitudini alimentari degli ileostomizzati e useranno, come loro, la stessa attenzione nella scelta dei cibi.

L'irrigazione

• Che cos'è l'irrigazione?

Presso i Centri di Riabilitazione gli enterostomisti insegnano come effettuare questa pratica. Sono il medico e l'enterostomista a decidere quali persone possano compiere correttamente la pratica dell'irrigazione e si faranno carico di avviarvi il soggetto assistendolo (per le prime volte in ambulatorio) fino a quando lo riterranno sicuro ed autosufficiente.
L'irrigazione è in pratica un clistere e provoca lo svuotamento artificioso e controllato dell'intestino: viene consigliata quasi esclusivamente ai portatori di colostomia discendente o sigmoidostomia.

• Come si effettua l'irrigazione?

La persona stomizzata può eseguire da sola questa pratica, dopo aver ricevuto le opportune istruzioni, ma *la stomia deve essere in stato di perfetta integrità*, qualsiasi difetto nella confezione della stomia, fistole, retrazioni, prolassi, ernie rappresentano una controindicazione all'irrigazione.

➤ Per ulteriori informazioni sull'irrigazione o anche su come praticare una pulizia periodica dell'intestino:

- rivolgersi al proprio centro
- compilare ed inviare il coupon allegato per ricevere materiali informativi e campioni, nel rispetto del D. Lgs 196/2003. Per maggiori informazioni chiamare il **Numero Verde Hollister 800-836088** (chiamata gratuita - servizio attivo dal lun al ven dalle 9,30 alle 17,00) o scrivere a LineaVerde@Hollister.it

- **Cosa devo avere a portata di mano durante il cambio della sacca?**

Gli oggetti utili sono:

- una nuova sacca;
- dei quadrati di garza o anche una spugna, tenendo presente che con il tempo questa può diventare antigienica, dei fazzolettini morbidi, un asciugamano morbido di carta che si getta dopo l'uso.
- se la stomia è poco visibile al paziente può servire disporre di uno specchietto, con gancio o ventosa, da appendere per riflettere lo stoma;
- un paio di forbicine, possibilmente a punta smussa e ricurva, se si deve allargare il foro della placca;
- il foglio predisposto con varie misure di "stoma" per controllare se il diametro dello stoma non sia variato;
- acqua corrente, possibilmente tiepida o altrimenti un recipiente con l'acqua (in caso d'emergenza utilizzare le apposite salviettine umidificate);
- sapone delicato;
- una sacca di plastica da gettare poi nella spazzatura.

N.B.: La sacca può ostruire il water ed i tubi di scarico.
Per non dimenticare nulla in nessuna occasione, si possono tenere gli oggetti indispensabili al cambio tutti insieme dentro una borsina e di questa averne a disposizione più di una nei posti chiave (al lavoro in un cassetto o armadietto, in auto, con sé).

- **A parte queste differenze, quali sono i fattori da considerare nella scelta del presidio di raccolta?**

Le sacche devono essere *sicure, efficienti, confortevoli e discrete*.
Si dovrebbe scegliere una sacca per la sua qualità, per le sue prestazioni che debbono essere rispondenti alle aspettative. Il materiale deve garantire la perfetta tenuta delle saldature evitando dispersioni di liquidi o gas. Deve, inoltre, assicurare discrezione (minimo fruscio, rigonfiamenti, cattivi odori) e comfort, quindi deve essere dotato di uno strato isolante, ad esempio in TNT*, che escluda il contatto diretto tra la plastica della sacca stessa e la cute.
Le sacche devono essere *adattabili* ad ogni caso particolare: la misura dello stoma e le dimensioni del foro della sacca devono corrispondere esattamente in modo da non esporre la cute peristomale al contatto con i materiali emessi; devono essere *facili da cambiare e/o svuotare*.
Un prodotto di qualità correttamente utilizzato assicura serenità ed indipendenza.

- **In generale ogni quanto si deve cambiare la sacca e/o la placca?**

Il Nomenclatore Tariffario dà delle indicazioni sui tempi del cambio sacca e/o placca, se si hanno comunque dei dubbi è buona norma rivolgersi ai medici specialisti e/o agli Enterostomisti (E.T.).
È necessario fare comunque attenzione a particolari condizioni della conformazione dello stoma come estroflessioni* dell'area peristomale, pieghe o pliche cutanee, ed anche se si è chemiotrattati o in terapia radiante, fattori questi che possono ridurre i tempi del cambio sacca e/o placca.
Inoltre, per maggiore sicurezza e tranquillità e per un buon controllo della stomia è bene rispettare i "cambi sacca" e non lasciare troppo a lungo in sede la sacca e/o la placca, anche se apparentemente queste risultino ancora efficienti.

La *placca* si applica intorno allo stoma *dove rimane per diversi giorni*, mentre la *sacca*, che si applica sulla placca, viene *cambiata secondo le necessità* (Vedere il Nomenclatore Tariffario per il numero di sacche e placche mensilmente erogabili)
Per questo motivo il sistema a due pezzi si usa con successo in caso di cute peristomale particolarmente sensibile o quando sono necessari cambi della sacca molto frequenti, in quanto evita traumi ripetuti alla pelle attorno allo stoma.

• Le sacche di raccolta sono tutti uguali?

Poiché le stomie si differenziano fra loro anche come frequenza e consistenza delle evacuazioni, esistono diversi tipi di sacca, per le diverse necessità:

- La persona ileostomizzata potrebbe utilizzare una *sacca di raccolta a fondo aperto con morsetto di chiusura*, o chiusura integrata, perché l'emissione ileale è liquida e abbastanza continua; in questo modo è possibile svuotare la sacca quando è necessario senza cambiarla ogni volta.
- La persona colostomizzata userà invece *sacche a fondo chiuso*, perché le feci fuoriescono con una certa consistenza o solide.
- La persona urostomizzata utilizza speciali *sacche con rubinetto* per lo scarico periodico delle urine, *muniti di valvola antireflusso* per evitare che accidentalmente le urine ritornino nel condotto o ristagnino provocando infezioni.

Il sistema di raccolta

• Quali dispositivi devo scegliere?

Dopo l'intervento chirurgico che ha portato ad una stomia, il paziente ha bisogno di applicare un dispositivo che raccolga le emissioni dello stoma.
Non esiste un dispositivo di raccolta unico, la sua scelta è quindi importante per riprendere una esistenza normale e tranquilla. Il personale specializzato aiuterà la persona stomizzata a scegliere tra i vari presidi disponibili quello che si adatta maggiormente al caso specifico.
I requisiti di un buon sistema di raccolta sono la garanzia di una protezione cutanea ottimale, la facilità di applicazione, la sicurezza, la discrezione.
Esistono due tipi distinti di dispositivi che vengono definiti: *sistema ad un pezzo e sistema a due pezzi.*

➤ Compilare ed inviare il coupon allegato per ricevere materiali informativi e campioni, nel rispetto del D. Lgs 196/2003. Per maggiori informazioni chiamare il **Numero Verde Hollister 800-836088** (chiamata gratuita - servizio attivo dal lun al ven dalle 9,30 alle 17,00) o scrivere a LineaVerde@Hollister.it

• Quale è la differenza tra il "sistema ad un pezzo" e quello "a due pezzi"?

Il sistema *a un pezzo* è un dispositivo di raccolta (sacca) dotato di una barriera adesiva incorporata che si indossa e si toglie con molta facilità.
Il sistema a un pezzo è *funzionale* in quanto poco ingombrante e pratico e può essere *applicato facilmente* anche da persone con difficoltà manuali. La durata della sacca dipende dalla quantità delle emissioni e dalle condizioni della cute peristomale poiché cambiare questo tipo di sacca implica tutte le volte staccare la barriera adesiva dalla pelle; il Nomenclatore Tariffario fornisce indicazioni sulla durata media deile sacche che comunque si aggira intorno alle 12 ore.

Il sistema a *due pezzi* è costituito da una placca protettiva adesiva dotata di un anello di fissaggio che si incastra all'analoga struttura presente sulla sacca.

Come conseguenza del *"prolasso"* lo stoma sporge eccessivamente, sicché il contatto con la sacca risulta traumatico e la mucosa tende a sanguinare.
Nel caso della *"stenosi"* si verifica un restringimento dello stoma o di un segmento del viscere* che crea difficoltà al passaggio delle feci o dell'urina.
Per quanto riguarda la *persona urostomizzata* il controllo della funzionalità dello stoma dovrà essere ancora più meticoloso per prevenire questi fenomeni, in quanto l'urostomia è più *soggetta ad infezioni* e di conseguenza è fondamentale seguire scrupolosamente le norme di *igiene* ed effettuare gli *esami batteriologici*, quando prescritti.

• Come devo comportarmi se noto uno di questi fenomeni?

In tutti questi casi, o comunque quando si ha un minimo dubbio, bisogna rivolgersi al medico o al Centro di Riabilitazione e consultare il chirurgo o l'enterostomista.
Eseguire le visite di controllo periodiche presso i centri specializzati dà il vantaggio di accorgersi in tempo se ci sono modifiche nell'aspetto dello stoma e quindi di prevenire, se possibile, l'instaurarsi di complicazioni.

I prodotti specifici per la protezione

• Posso applicare delle creme per proteggere la pelle intorno allo stoma?

Premesso che la scelta dei prodotti terapeutici per non commettere errori con le relative conseguenze, compete al personale specializzato, che consiglierà senz'altro il trattamento e gli eventuali prodotti più adatti, é possibile applicare pomate o creme nutrienti ed idratanti all'occorrenza se la cute é integra.
Prima dell'applicazione del presidio, tamponare con una salvietta.

- **Devo evitare di asciugare la pelle intorno allo stoma dopo il lavaggio?**

Al contrario, è necessario *asciugare attentamente* la cute peristomale, *senza sfregare*, tamponando delicatamente con una salvietta morbida, che non lasci fibre sulla pelle, o aiutarsi con un asciugacapelli quando è possibile.
Un'altra precauzione, per dare modo alla pelle di "respirare", è quella di lasciare scoperto lo stoma per un po', prima di applicare la sacca pulita.

- **Se nell'area intorno allo stoma è presente della peluria, avrò difficoltà ad applicare il dispositivo?**

La sacca non aderisce bene se sono presenti dei peli. Inoltre, quando la peluria viene strappata, i cambi sacca diventano dolorosi. Converrà dunque radere bene la parte ma con molta delicatezza considerando che si tratta di una zona del corpo non abituata ad essere depilata.

- **Posso usare alcool, benzina, acetone o altro per togliere gli eventuali residui dell'adesivo della sacca o per sgrassare la pelle?**

NO, MAI ! Detergenti come alcool, benzina o acetone sono estremamente irritanti e lesivi per lo stoma e la cute peristomale.

Si possono adoperare solo i detergenti specifici, che sono stati menzionati precedentemente, utili sia per sgrassare la pelle e consentire una buona adesività della sacca, sia per rimuovere eventuali residui dell'adesivo dei dispositivi, di cui parleremo in seguito.

- **Quali possono essere le alterazioni o modifiche nell'aspetto dello stoma ?**

La prima modifica dell'aspetto dello stoma è la riduzione del suo diametro* che si verifica normalmente dopo alcuni giorni dall'intervento.
Può accadere talvolta un episodio di *"sanguinamento"* dello stoma. È possibile che la causa sia semplicemente una manovra troppo brusca durante il cambio della sacca o durante la pulizia, ma è sempre meglio farsi controllare dagli specialisti per maggiore sicurezza, soprattutto se il fenomeno tende a ripetersi. Altre possibili modifiche sono il prolasso*, la stenosi* e l'ernia* (poco frequente).

DOMANDE E RISPOSTE

- **Che cosa posso fare se ho difficoltà a toccare lo stoma?**

Non appena possibile imparare a dedicarsi in prima persona alla pulizia, all'igiene e al controllo della funzionalità dello stoma così come si fa per qualsiasi altra parte del corpo. Al momento del ritorno a casa lo stoma dovrebbe aver già raggiunto le sue dimensioni definitive e la mucosa*, come la cute che circonda lo stoma, potranno essere toccate delicatamente senza avvertire dolore.

- **Come si evitano traumi, irritazioni od infezioni alla pelle, se feci e urine sono eliminate attraverso lo stoma nella sacca di raccolta?**

Con una pulizia scrupolosa: cambiando la sacca di raccolta quando è necessario, lavando con prodotti adatti, accuratamente ma con delicatezza, lo stoma e la cute peristomale è possibile evitare molti fattori di rischio. Inoltre questi rischi si prevengono anche con la scelta corretta e *l'uso del dispositivo più adatto* che eviti il contatto tra la cute ed i materiali organici (urina, liquidi intestinali, feci).
È importante *misurare il diametro dello stoma* e scegliere un dispositivo con un supporto né troppo piccolo né troppo grande, che andrà applicato centrando con precisione lo stoma affinché intorno ad esso tutta la cute sia accuratamente protetta (aiutandosi con uno specchietto per visualizzare meglio lo stoma).

- **Quale sapone posso usare per lavare lo stoma e la pelle circostante?**

Si possono usare il sapone di marsiglia* o saponi neutri con un pH* che rispetti quello della cute.
Non vanno adoperati saponi troppo forti o irritanti e non in quantità eccessiva, in quanto possono causare dermatiti*.
Ad ogni *cambio di sacca* si procederà delicatamente alla pulizia, adoperando *acqua tiepida e saponi neutri*, ed avendo cura di risciacquare molto bene la cute per eliminare ogni residuo di sapone.
Nel caso non sia possibile utilizzare l'acqua sono disponibili diversi *detergenti specifici* (flaconi, salviette) che garantiscono una corretta igiene in caso d'emergenza.

L'igiene, la pulizia e i controlli:

Un'attenzione ancora maggiore, rispetto a quella che viene dedicata ogni giorno alla pulizia del corpo, dovrà essere usata nel lavare il proprio stoma e la pelle circostante rispettando regole semplici ed elementari.
La zona di pelle che circonda lo stoma (peristomale) è delicata, è sensibile alle sostanze irritanti come i liquidi, le feci o l'urina emesse dallo stoma ed è sottoposta a particolari sollecitazioni meccaniche, soprattutto durante il cambio della sacca.

- Se la *persona è ileostomizzata*, deve sapere che il liquido emesso è particolarmente irritante per la pelle perché contiene sostanze particolari, necessarie alla digestione del cibo (enzimi*).

- *La persona con colostomia destra* (ascendente o trasversa) deve ricordare che il suo stoma emette feci semisolide, ricche di sostanze irritanti per la pelle, come quelle dell'ileostomia; l*a persona con colostomia sinistra (sigmoidea)*, al contrario, emette feci solide, meno irritanti per la pelle.

- L'urina per sua natura è acida, quindi le *persone con urostomia* devono assolutamente evitare che questa venga a contatto con la pelle provocando cosi irritazioni lesive ed eventuali infezioni.

L'attenzione costante nella cura della stomia, della pelle che circonda lo stoma (cute* peristomale) e della loro igiene aiuta a prevenire una parte delle irritazioni cutanee più frequenti.

Numero Verde
800-836088
CHIAMATA GRATUITA

• In alcuni casi, invece di uno stoma, il chirurgo praticherà un drenaggio o fistola chirurgica*, per mettere direttamente in comunicazione con l'esterno non gli ureteri, ma la vescica od il rene*:

Nefrostomia, dove il confezionamento di una fistola chirurgica permanente nel rene consente il flusso dell'urina all'esterno.

Vescicostomia, che prevede l'abboccamento della vescica all'esterno.

Non appena dimessi dall'ospedale o dalla clinica, il desiderio di tornare a casa e riprendere le proprie abitudini si confonde con la preoccupazione di perdere il supporto continuo degli operatori sanitari che, durante il periodo della degenza, hanno partecipato in modo attivo al processo di riabilitazione del paziente stomizzato.

La prima cosa cui deve pensare il paziente nel processo di riabilitazione è la gestione dello stoma e come mantenere in condizioni ottimali l'area peristomale*.

La gestione dello stoma è il punto da affrontare per primo in questo "percorso di verifica".

• Come proteggere l'area peristomale e lo stoma

Il chirurgo con l'enterostomista (infermiere professionale che si occupa specificamente dell'assistenza alle persone stomizzate), quando è possibile, posizionano la stomia in modo che la persona stomizzata possa poi applicare il dispositivo di raccolta delle feci o delle urine senza problemi.

Ileostomia, che consiste nel deviare e fissare l'intestino ileo alla parete addominale* nella regione inferiore destra

Ciecostomia (rara), dove lo stoma viene confezionato a livello dell'intestino cieco e si trova sulla parte destra dell'addome

Colostomia, praticata a livello del colon, e poiché il *colon è ascendente*, trasverso* e discendente** o sigmoideo, la stomia sarà:

Colostomia ascendente - lo stoma è localizzato nella regione addominale destra.

Colostomia trasversa - è una stomia che spesso ha la funzione di mettere temporaneamente a riposo un tratto di intestino e prevede la presenza di due stomi vicini, nella parte centrale dell'addome.

Colostomia sigmoidea - lo stoma si presenta sulla parte sinistra dell'addome.

B - STOMIE URINARIE

Asportando la vescica* (nella maggior parte dei casi), si deve creare una via artificiale che *permetta il deflusso dell'urina all'esterno*, attraverso uno stoma praticato sulla parete addominale. I metodi per deviare l'urina sono diversi e dipendono anche questi dal tipo di patologia presente

Ureterostomia cutanea, in cui le estremità di uno o tutti e due gli ureteri* vengono allacciate direttamente alla parete addominale (flusso dell'urina costante e continuo).

Ureterostomia cutanea transileale (Bricker), dove gli ureteri vengono raccordati ad un piccolo tratto di intestino ileo, che, isolato dal resto dell'intestino e fissato alla parete addominale, permette il deflusso dell'urina all'esterno.

Derivazione Urinaria Continente (chiamata anche *borsa di Kock*), in quanto il chirurgo provvede ad allacciare tutte e due gli ureteri su una porzione di intestino ileo, isolato e confezionato come un serbatoio. Qui si andrà ad accumulare l'urina, che verrà eliminata sempre attraverso uno stoma, aperto sulla parete addominale, *con l'aiuto di un catetere*.

Numero Verde
800-836088
CHIAMATA GRATUITA

La nuova realtà

Con se stesso

Il proprio stoma

Anche se durante la degenza sono state date tutte le spiegazioni necessarie è forse utile riassumerle attraverso un primo gruppo di domande e risposte.

La più emotiva di tutte le domande potrebbe essere:

- **"... perché proprio la stomia?"**

Anche se ha modificato temporaneamente o definitivamente un corpo, l'intervento che ha portato alla stomia è stato l'unica possibile soluzione per risolvere un serio problema di salute.

- **Che Cos'è una "stomia"?**

È un'apertura artificiale che permette una deviazione dell'intestino* o dell'apparato urinario*, sostituendo gli orifizi* naturali.

- **Quali sono i principali tipi di stomia?**

Le stomie che ci interessano possono essere di due tipi:

A - STOMIE DIGESTIVE

Sono quelle realizzate utilizzando un tratto di intestino che attraverso l'apertura chirurgica, chiamata anche "*stoma*"*, emette il contenuto fecale.
Le stomie possono essere "Temporanee" o "Permanenti", a secondo delle necessità e del tipo di intervento chirurgico.

Il tratto intestinale utilizzato per realizzare una stomia può essere, a seconda della localizzazione della malattia, l'ileo*, il cieco* o il colon* e, quindi, la relativa *stomia* viene definita:

Hollister

Informazione Importante

Gentile Amica
Caro Amico

Ti chiediamo un attimo di attenzione.

Per poter rimanere in contatto con te ed assicurarti il servizio dedicato della Linea Verde, è necessario che tu ci invii il tuo consenso informato al trattamento ed all'utilizzo dei dati personali e sensibili.

Puoi farlo facilmente, compilando il coupon apposito che trovi accluso o che puoi richiedere al Numero Verde 800-836088, rispedendolo con la tua firma.
Ti saremo sempre vicini quando ti serve, in modo discreto ed efficace.

Grazie

Hollister S.p.A.

Leggere l'informativa contenuta nel coupon per maggiori informazioni.

Premessa

L'attenzione ai dettagli fa la differenza

Questo strumento è specificatamente dedicato a tutti coloro che stanno affrontando percorsi di riabilitazione e a coloro che li affiancano.

L'impegno di Hollister è volto a supportare il loro impegno dando importanza ai dettagli: sappiamo che un piccolo particolare può fare una grande differenza.

Da oltre 80 anni Hollister lavora per fare la differenza: rendere possibile una vita dignitosa e gratificante.

Questo impegno si riflette nei prodotti che sviluppiamo, nei servizi che forniamo e in tutto quello che facciamo, che hanno l'obiettivo comune di restituire la possibilità di vivere una vita indipendente e di qualità.

Questa guida operativa è strutturata con un taglio pratico e concreto.
Le informazioni ed i consigli che offre sono stati sviluppati sulla base delle esperienze degli Operatori Specializzati di settore. E' quindi semplice da consultare ed è possibile portarla con lé con discrezione.

Nell'ambito della propria professione gli Operatori stringono un forte legame con le persone che aiutano e con loro i loro familiari. Per riacquistare autonomia e sicurezza e reinserirsi con serenità nelle attività quotidiane la loro competenza, il loro appoggio e coinvolgimento sono basilari.

Ma il processo di recupero di un nuovo equilibrio continua anche dopo il rientro a casa, quando la necessità di "saper fare" assume grande importanza: le informazioni e i consigli qui riportati servono per aiutare a focalizzare meglio gli aspetti chiave.

Numero Verde
800-836088
CHIAMATA GRATUITA

INDICE

Premessa pag. 3

Informazioni pag. 5

La nuova realtà - con se stesso pag. 7
- Il proprio stoma
- Il sistema di raccolta
- L'irrigazione
- La realtà quotidiana
- Alimenti

Vita familiare pag. 25
- Ritorno a casa

Vita sociale - con gli altri pag. 29

Suggerimenti utili pag. 33

Glossario pag. 35

Hollister

Numero Verde
800-836088
CHIAMATA GRATUITA

Hollister

Hollister S.p.A.
Strada 4, Palazzo A/8 - 20090 Milanofiori Assago (MI)
Tel.02/8228181 - fax 02/57518377 Linea fax Verde 800 260488
www.hollister.it - E-mail: LineaVerde@Hollister.it