

Jedan novi početak

srpski

Najvažnija pitanja u vezi sa temom stoma

Šta je stoma?

Reč stoma označava veštački izlaz creva ili veštački odvod urina. Stoma se postavlja uvek onda kada delovi organa za varenje ili organi za izlučivanje moraju da se odstrane ili rasterete iz razloga bolesti ili udesa. Navikavanje na stому je za većinu pacijenata povezano sa strahovima i mnogobrojnim pitanjima. Mi ćemo ovde da odgovorimo na neka od njih. To je zato

što je poboljšanje životnog kvaliteta nosioca stome prvenstveni cilj preduzeća Coloplast. Informacijama, savetovanjima i modernim pomagalima želimo da nosiocima stome ponudimo sigurnost i fleksibilnost, koji su im potrebni za aktivan život bez znatnih ograničenja.

Kako se stoma postavlja?

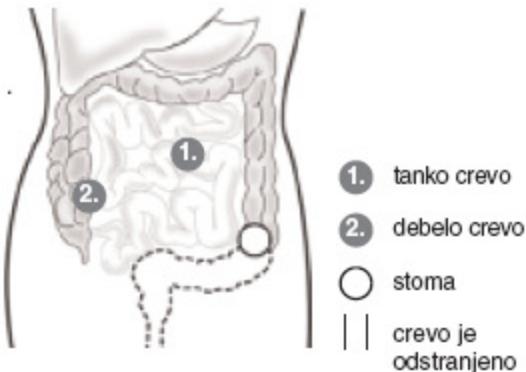
Za postavljanje veštačkog izlaza creva neophodan je **operativni zahvat**. Operaciju vrši hirurg za vreme stacionarnog boravka u bolnici.

Razlikuju se tri različite vrste stoma: **kolostoma** (izlaz debelog creva), **ileostoma** (izlaz tankog creva) i **urostoma** (odvod urina). Kolostoma

i ileostoma mogu da se postave u obliku jednosmerne i dvosmerne stome. Nije svaka stoma zamišljena kao trajno rešenje. Kod privremene stome se često dešava da se stoma posle izvesnog vremena odstrani, a odgovarajući organi operativnim putem vrate u prvobitno stanje.

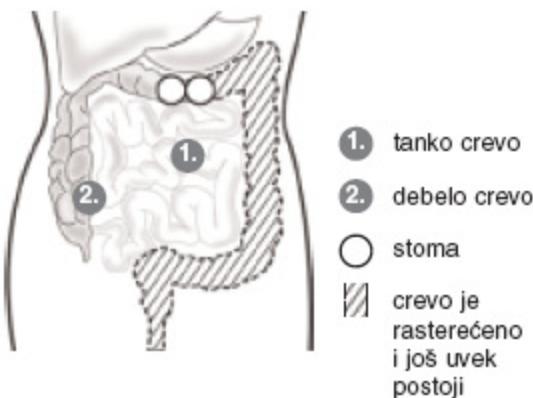
Kolostoma

- Kolostoma je **otvor debelog creva**.
- Najčešće se postavlja nakon odstranjivanja analnog otvora, analnih mišića i jednog dela debelog creva.
- Izmet je sličan kao i pre operacije, naime tvrd i oblikovan



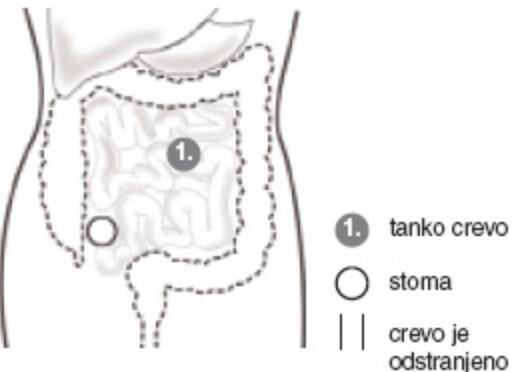
Dvosmerna kolostoma

- Dvosmerna kolostoma se postavlja samo privremeno.
- Jedan prevoj debelog creva se izvuče pred trbuš i otvori; time nastaje jedan deo koji vodi od stome i kroz koji se veliki deo štetnog sadržaja iz creva izbacuje u stoma kesu. Kroz deo creva koji iz stome vodi u trbušnu duplju i dalje se male količine sluzi izbacuju analnim putem.
- Ova vrsta stome služi za **rasterećenje** i **smirivanje** zadnjeg dela debelog creva, koji se pri tome ne odstranjuje.
- Izlučevine iz stome su kašaste konsistencije, a izlučevine kroz analni otvor tečne, retke i pomešane sa sluzi.



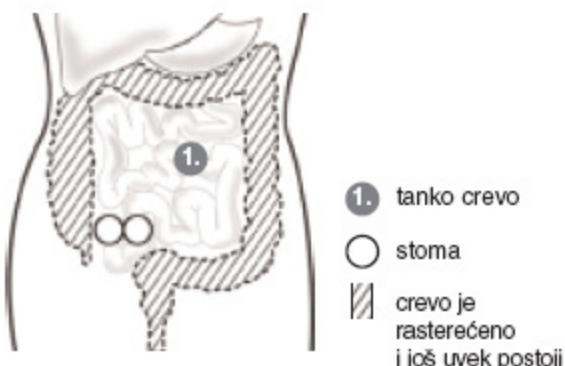
Ileostoma

- Ileostoma je otvor tankog creva.
- Najčešće se postavlja pri odstranjuvanju celokupnog debelog creva i svih analnih mišića.
- Izlučevine su kašaste do tečne konsistencije.



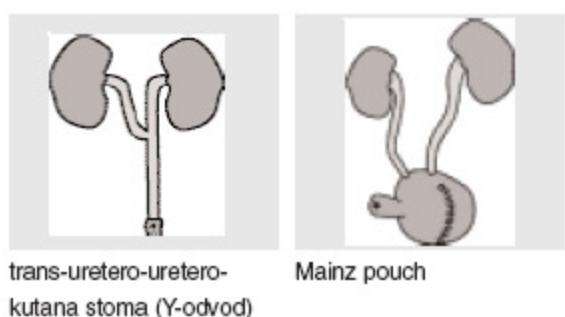
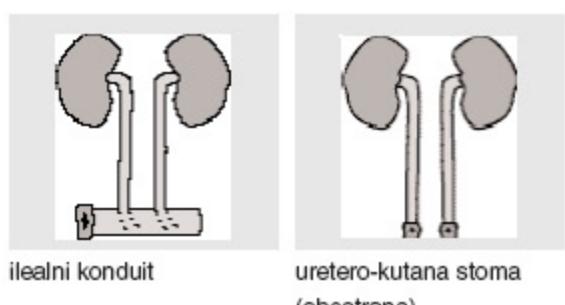
Dvosmerna ileostoma

- U cilju rasterećenja debelog creva postavljaju se jedan deo tankog creva kroz koji se štetni sadržaj iz creva izbacuje i jedan koji vodi nazad u trbušnu duplju.
- Izlučevine su obično kašaste do tečne konsistencije.



Urostoma

- Urostoma je odvod urina kroz stому.
- U zavisnosti od vrste oboljenja postavljaju se različite vrste urostoma.
 - Ilealni konduit: Jedan komad tankog creva se vadi i zatvara sa jedne strane. Mokračni kanali se uvode u ovaj deo creva. Drugi deo se sprovodi kao stoma kroz prednji trbušni zid.
 - Uretero-kutana (mokračni kanal - koža) stoma: Oba mokračna kanala se izvode napolje kroz prednji trbušni zid.
 - Trans-uretero-uretero-kutana stoma: Oba mokračna kanala se spajaju i sa jedne strane izvode napolje kroz prednji trbušni zid.
 - Mainz pouch: Od delova debelog i tankog creva izrađuje se provizorni mehur, koji mora povremeno (intermitentno) da se prazni pomoću katetera kroz otvor u pupku.
- Urin se skuplja u stoma kesi.



Iz čega se sastoji stoma pribor?

Stoma pribor se obično sastoji iz jedne kese sa štitnikom za kožu i ugrađenim filterom. Postoji jednodejni i dvodelni pribor. Kod jednodejnog pribora proizvođača Coloplast je spiralni štitnik za kožu Assura čvrsto spojen sa stoma kesom. On dobro prljanja i time omogućava fleksibilnost i pokretljivost. Pri zameni pribora kesa se u potpunosti otklanja i nakon čišćenja stome zamenjuje novom. Da bi se sprečilo prekomerno nadraživanje kože preporučuje se da se jednodejni pribor menja najviše tri puta dnevno.

Dvodelni Coloplast pribor se sastoji iz jednog diska sa Assura štitnikom za kožu i kesama koje se menjaju. Ova vrsta pribora je izrazito povoljna za kožu, pošto disk mora da se zameni tek nakon nekoliko dana. Kese se menjaju više puta na dan u zavisnosti od količine sakupljenih izlučevina. Pri tome se disk jednostavno očisti i zadržava na koži. To osetno povoljno deluje na kožu.

Koja vrsta stoma pribora je idealna za Vaše potrebe treba da u odlučite individualno i u razgovoru sa Vašim stoma specijalistom odnosno Vašom stoma sestrom.

Coloplast kese su karakteristične po tome što njihova folija jako malo šumi i što imaju umetak od filca koji je ugodan za kožu. **Assura filter od aktivnog uglja** smanjuje stvaranje neprijatnih mirisa. Specijalna, višeslojna izrada štiti filter od vlažnosti, što ima za posledicu njegovu izuzetno dugu i visoku delotvornost.



Kolostoma ...

... može da se zbrine jednodelnim ili dvodelnim sistemom. Koriste se zatvorene kese. Zamena jednodelnog pribora odnosno kesa kod dvodelnog pribora trebalo bi da se obavlja više puta dnevno, a najmanje jednom u 24 sata. Disk dvodelnog stoma pribora može da ostane na koži nekoliko dana.



Ileostoma ...

... može da se zbrine jednodelnim ili dvodelnim sistemom. Koriste se otvorene ravne kese koje se prazne pritiskom, pošto se na taj način tečne izlučevine, koje se češće sreću kod ileostome, mogu kroz ispusni otvor isprazniti u WC. Jednodelni pribor odnosno kesa dvodelnog pribora bi trebalo da se menja najmanje jednom dnevno.



Urostoma ...

... može da se zbrine jednodelnim ili dvodelnim sistemom. Kese imaju ispusni otvor kroz koji mogu da se prazne više puta na dan. Jednodelni pribor odnosno kesa dvodelnog pribora bi trebalo da se menja najmanje jednom dnevno. U toku noći na pribor može da se pričvrsti Coloplast kesa za noć. Kod provizornog crevnog mokraćnog mehura (Mainz pouch) koji se prazni uz pomoć katetera pražnjenje urina se obavlja povremeno kateterima za jednokratnu upotrebu.

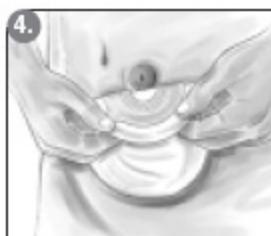
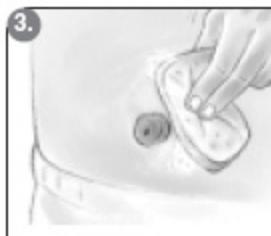
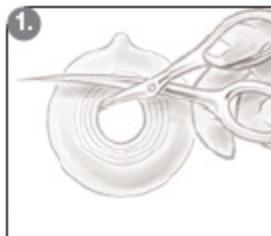


Kako se zbrinjava stoma?

Kod zbrinjavanja stome izuzetno je važan odgovarajući štitnik za kožu. Uz pomoć jednog šablona možete da odredite potrebnu veličinu otvora prstena za zaštitu kože. Pošto je svaka stoma drugačija, svaki pojedinačni pribor mora tačno da odgovara.

Pri zameni pribora mora da se očisti i stoma.
Čišćenje možete da obavite najbolje u stojećem ili sedećem položaju ispred lavaboa.

1. Pre nego što počnete sa zamenom pribora, trebalo bi da na dohvati ruke pripremite sve potrebne predmete: nov pribor, makaze, gazu, sapun sa neutralnom pH-vrednošću (koji ne nadražuje kožu), kesu za otpatke za stari pribor, eventualno sredstvo za lakše skidanje flastera i brijač, po potrebi trake ili pastu za modeliranje. Pažljivo isecite štitnik za kožu novog pribora na odgovarajuću veličinu otvora.
2. Odstranite stari pribor; u tu svrhu sa kože prvo skinite gornji rub štitnika za kožu. Drugom rukom čvrsto držite kožu i lagano je vucite u suprotnom smjeru.
3. Brižljivo očistite kožu oko ileostome ili kolostome vlažnom gazom i blagim sapunom. Stoma se čisti spolja prema unutra. (kod urostome od unutra prema spolja!) Po potrebi obrijajte kožu oko stome.
4. Nakon toga stому i okolnu kožu dobro osušite, najbolje suvom gazom. Bore ili ožiljke u području stome možete da izjednačite trakama ili pastom za modeliranje, tako da pribor može lepo da prione na kožu i da ne propušta. Potom postavite nov pribor i čvrsto ga pritisnite rukom. Upotrebljeni pribor bacite u smeće.



Kako se menja život sa stomom?

Ishrana i telesna nega

Uopšteno gledano za stoma pacijente nema posebnih ograničenja u ishrani. Hranite se raznoliko. Tako ćete najbolje sprečiti probleme sa varenjem i rizike od upala. Jedino je za pacijente sa ileostomom važno da u ishrani koliko je god moguće izbegavaju vlaknaste namirnice kao što su citrusi (limun, narandže i sl.), špargla, pečurke, ananas, košutnjavo voće, tvrde kore ili koščice od voća, pošto u tom slučaju postoji opasnost od zatvora. Osim toga trebalo bi da pijete puno tečnosti.

Tuširanje je moguće sa i bez stoma kese. Ako je kesa postavljena, onda njen filter mora da se prelepi kako bi ostao ispravan.

Životne namirnice koje potpomažu stvaranje neugodnih mirisa
jaja
meso, riba
špargla (asparagus)
pečurke
crni i beli luk
sir

Životne namirnice koje izazivaju zatvor
banane
sušeno voće
proizvodi koji sadrže kakao
crni čaj
kuvana šargarepa
pirinač
"Švapski" sir
beli hleb

Životne namirnice koje sprečavaju stvaranje neugodnih mirisa
spanać
zeleni salata
peršun
brusnica (crvena borovnica)
i njen sok
jogurt i kiselo mleko

Životne namirnice koje nadimaju
sve vrste kupusa
mahunarke
crni luk, praziluk
svež hleb
gazirana
pića (npr. pivo)

Aktivnosti

Moderna stoma pomagala Vam pružaju slobodu bavljenja skoro svim aktivnostima kao i ranije, bilo privatno bilo u poslu. Putovanja i sport - sa izuzetkom vrhunskog sporta - takođe ne predstavljaju nikakav problem. U zajedničkoj vezi sa Vašim partnerom stoma ne bi trebalo da bude tabu tema. Kroz otvoreni razgovor razjasnite promene koje su uslovljene

Vašom operacijom. Isto tako ne bi trebalo da izuzimate temu seksualnosti. Ovde jedino iskrenost pomaže u rešavanju problema i stvaranju sigurnosti. Posebno diskretni proizvodi kao što su stoma poklopci, stoma kesice ili stoma zatvarači Vam i u izuzetnim trenucima pružaju siguran i ugodan osećaj.

Coloplast

Niederlassungen

Falls das gewünschte Land nicht vertreten ist, wenden Sie sich bitte an:

Dänemark

Coloplast A/S
Export Division
Bronzevej 2-8
DK-3060 Espergaerde
Telefon: +45/49 11 11 11
Telefax: +45/49 11 15 70
E-Mail: export@coloplast.com
Website: www.export.coloplast.com

EUROPA

Belgien

Coloplast Belgium nv/aa
Humaniteitslaan 65
B-1001 Ruisbroek
Telefon: +32/23 34 35 35
Telefax: +32/23 34 35 36
E-Mail: be@coloplast.com
Website: www.coloplast.be

Bosnien-Herzegowina

Cherka Company
Vukovarska 14-A
36000 Mostar
Telefon: +387/36 32 87 48
Telefax: +387/36 32 87 48
E-Mail: cherka.company@tel.net.ba

Bulgarien

Meboss
11B Poduevo st.
Sofia 1680
Telefon: +49/359 29 58 30 32
Telefax: +49/359 29 58 27 45
E-Mail: meboss@intech.bg

Dänemark

Coloplast Danmark A/S
Møllevej 11-15
2990 Nivå
Telefon: +45/49 11 12 13
Telefax: +45/49 11 12 12
E-Mail: dk@coloplast.com
Website: www.coloplast.dk

Deutschland

Coloplast GmbH
Kuehnstrasse 75
DE-22045 Hamburg
Telefon: +49/40 66 98 07 00
Telefax: +49/40 66 98 07 72
E-Mail: de@coloplast.com
Website: www.coloplast.de

Estland

Meditaainigrupp Ltd.
Saku Street 15
11314 Tallinn
Telefon: +372/614 08 01
Telefax: +372/614 08 05
E-Mail: salee@meditaainigrupp.ee

Finland

Fenn Medical OY
Tähtäinkuja 9
FIN-01530 Vantaa
Telefon: +358/927 63 60
Telefax: +358/927 63 61 99
Website: www.fennomedical.fi

Frankreich

Coloplast s.a.
6 Rue de Rome
Z.A.C de Nanteuil
93110 Roissy-sous-Bois
Telefon: +33/156 63 17 00
Telefax: +33/156 63 18 07
E-Mail: fr@coloplast.com
Website: www.coloplast.fr

Griechenland

A. Kynti Co. O.E.
Paaov Str. 15
111 41 Kypriadou
Athens
Telefon: +30/21 02 02 02 32
Telefax: +30/21 02 02 07 75
E-Mail: info@coloplast.gr
Website: www.coloplast.gr

Großbritannien

Coloplast Ltd.
Peterborough Business Park
Peterborough
Cambs. PE2 6FX
Telefon: +44/17 33 39 20 00
Telefax: +44/17 33 23 33 48
E-Mail: gb@coloplast.com
Website: www.coloplast.co.uk

Island

Gertrud Palsdottir
Telefon: +354/863 81 33
E-Mail: geirtherudur@iamed.is

Italien

Coloplast S.p.A.
Via Nanni Coeta 30
40133 Bologna BO
Telefon: +39/05 14 13 80 00
Telefax: +39/05 14 13 82 99
E-Mail: it@coloplast.com
Website: www.coloplast.it

Kasachstan

Orbita Medic
Street Seifullina 565/23
480012 Almaty
Telefon: +7/32 72 60 45 95
Telefax: +7/32 72 62 05 46
E-Mail: orbita70@hotmail.com

Kroatien

Coloplast A/S
Laginjina 8
10000 Zagreb
Telefon: +385/14 55 01 01
Telefax: +385/14 55 05 01
E-Mail: coloplast@zg.hinet.hr

Oktal Pharma D.O.O.

Utinjaka 40
10020 Zagreb
Telefon: +385/16 59 57 77
Telefax: +385/16 59 57 06
E-Mail: oktal-pharma@zg.hinet.hr

Lettland

Medekaperts
9-9 Pulkveza Brieza Str.
1010 Riga
Telefon: +371/750 86 12
Telefax: +371/750 86 13
E-Mail: ivars.a@apollo.lv

Litauen

Spektramed
Totoriu, Str. 19
2001 Vilnius
Telefon: +370/222 37 35
Telefax: +370/222 27 63
E-Mail: spektramed@post.5ci.lt

Malta

Cherubino Ltd.
Delf Building, Siema Road
Gzira, P.O. Box 323
Valletta
Telefon: +356/34 32 70
Telefax: +356/33 09 16
E-Mail: care@cherubino.com.mt
Website: www.cherubino.com.mt

F.Y.R. O. Mazedonien

Replek AD
Ul. Kozle 188
Skopje 1000
Telefon: +389/91 38 13 51
Telefax: +389/91 38 13 52
E-Mail: replek@mt.net.mk

Niederlande

Coloplast B.V.
Softwareweg 1
3821 BN Amersfoort
Postbus 1111, 3800 BC Amersfoort
Telefon: +31/334 54 44 44
Telefax: +31/334 54 44 55
E-Mail: nl@coloplast.com
Website: www.coloplast.nl

Norwegen

Coloplast Norge AS
Ole Deviks Vei 2
0803 Oslo 6
Telefon: +47/22 72 06 80
Telefax: +47/22 72 06 84
E-Mail: no@coloplast.com

Österreich

Coloplast Ges.m.b.H.
Am Concorde Park 1/B1
2320 Schwechat
Telefon: +43/17 07 57 51
Telefax: +43/17 07 57 51 40
E-Mail: at@coloplast.com

Polen

Coloplast Sp. z o.o.
Ul. Lezzno 12
01-192 Warsaw
Telefon: +48/225 35 73 73
Telefax: +48/225 35 73 74
E-Mail: pl@coloplast.com

Portugal

Coloplast
Rua Gorgel do Amaral no 4
Cave Direita
1250-199 Lisboa
Telefon: +351/213 83 86 26
Telefax: +351/213 83 86 24

Mundinter

Intercambio Mundial de Comercio S.A.
Av. António Augusto de Aguiar 138
Lisboa 1069-132
Telefon: +351/213 81 99 00
Telefax: +351/213 87 35 70
E-Mail: mundi@mundinter.pt

Rumänien

S.C. Medical Expressa S.r.l.
Str. Dr. Lister nr. 66
Sector 5
Bucharest
Telefon: +40/214 11 30 68
Telefax: +40/214 13 33 99
E-Mail: Ichidean@pcnet.ro



Coloplast

Norwegen NORILCO Postboks 53 27 Majorstua N- 0304 Oslo Telefon: +47/22 59 30 00 Telefax: +47/22 85 36 96	Schweiz ILCO Schweiz Im Neuacker 2 CH-5454 Bellikon Telefon: +41/564 96 46 72	HFI – Hilfe für inkontinente Personen e.V. Postfach 11 13 22 40513 Düsseldorf Telefon: 0211/59 21 27 Telefax: 0211/77 67 70 E-Mail: info@hf-initiative.de Internet: www.hf-initiative.de
Schweden ILCO Sweden Ostomy Association Box 81 35 S-700 08 Örebro Telefon: +46/19 17 00 50 Telefax: +46/19 17 00 52	Ukraine ILCO-UKRAINE c/o Dr. Vasyl O. Shelman Kiev Health Care Dpt. 17 Shevchenko Av. Kiev 252030 Telefon: +380/442 25 40 56 Telefax: +380/442 24 16 09	WCET Sektion Deutschland Finkenstraße 42 48147 Münster Telefon: 0251/29 67 51 Internet: www.wcet.de
Österreich Österreichische ILCO Quergasse 1 A-4600 Wels Telefon: +43/724 22 95 85 Telefax: +43/724 22 35 17 50	Ungarn Magyar ILCO Szente Imre u. 14 H-7401 Kapoovar Telefon/Telefax: +36/82 42 79 71	Coloplast Beratungsservice für Deutschland
Österreichische ILCO Ileostomie-, Colostomie-, Urostomie-Vereinigung c/o Medizinisches Selbsthilfenzentrum Obere Augartenstraße 26-28 1020 Wien Telefon/Telefax: +43/013 32 38 63	Weißrussland Belarus Stoma Assoc. Koltsova 20-46 220131 Minsk, Republik Belarus Telefon: +375/172 61 55 30 Telefax: +375/172 64 94 84	 2 6 5 6 7 5 2 7 8 01 80 - COLOPLAST Beratungs-Service für Deutschland, 0,06 Euro pro Anruf
Rumänien Romanian Ostomy Association c/o Dr. Cezar E. Pop Str. Plo Pilar Nr. 18 Ct 3, ap7 RO-3400 Cluj-Napoca Telefon: +40/64 16 17 12 Telefax: +40/64 19 30 38	SONSTIGE ADRESSEN	Schweiz Ärztliche Beratung Herr Dr. H. P. Klotz, Oberarzt Visceralchirurgie Rämistrasse 100 8091 Zürich Telefon: 01/255 23 00
Slowakische Republik SLOVILCO Hurbanova 23 SK-03601 Martin Telefon: +421/84 23 65 19	Deutschland Blaue Eule e.V. Inkontinenz-Selbsthilfegruppe Wienensbuschstraße 67 45149 Esen Telefon: 0201/71 25 83 (abends)	Österreich ÖVET Verband der österreichischen Stomatherapeuten Univ. Klinik Innsbruck Sr. Elisabeth Stoll Anichstraße 35 6020 Innsbruck Allgem. Chir. Ambulanz/Stomatherapie Telefon: 0512/504 24 95 Telefax: 0512/504 28 72
Polen POL-ILCO Zarząd Główny, ul. Przybyszewskiego 49 60-355 Poznań Telefon: +48/618 21 93 01 Telefax: +48/613 03 12 6	DCCV e.V. (Deutsche Morbus Crohn/ Colitis ulcerosa-Vereinigung) Paraceleusstr. 15 51375 Leverkusen Telefon: 0214/876 08 0 Telefax: 0214/876 08 88 E-Mail: info@dccv.de Internet: www.dccv.de	Medizinische Gesellschaft für Inkontinenzhilfe Österreich Geschäfts- und Beratungsstelle Innsbruck Speckbacherstraße 1 6020 Innsbruck Telefon: 0512/58 37 03 Telefax: 0512/58 94 76 E-Mail: inkontinenz.gihoe@telring.at Internet: www.inkontinenz.at
Slowenien Slovenian ILCO Trubarjeva 15 SI-2000 Maribor Telefon: +386/62 22 52 23 Telefax: +386/62 22 50 61	Deutsche Krebehilfe e.V. Informationsdienst Thomas-Mann-Str. 40 53111 Bonn Telefon: 0228/72 99 00 Telefax: 0228/72 99 90 11 E-Mail: deutsche@krebehilfe.de Internet: www.krebehilfe.de	Coloplast Beratungsservice für Österreich
Portugal Associação Portuguesa de Ostomizados Av. João Paulo II Zona J. de Chelas, Lote 5-52, 2.B P-1900 Lisboa Telefon/Telefax: +351/18 59 60 54	Deutsche Krebegesellschaft e.V. Hanauer Landstr. 194 60314 Frankfurt Telefon: 069/83 00 96 0 Telefax: 069/93 00 96 66 E-Mail: service@deutsche.krebegesellschaft.de Internet: www.deutsche.krebegesellschaft.de	 08 10 - 20 01 99 Beratungs-Service für Österreich, zum Ortstarif
Liga de Ostomizados de Portugal Estrada da Circunvalação, 8881 P-4202-301 Porto Telefon: +35/228 30 05 25	DVET, Fachverband Stoma + Inkontinenz e.V. Geschäftsstelle: Virchowstr. 14 38642 Goslar Telefon: 05321/51 08 0 Telefax: 05321/38 95 14 E-Mail: dvet@gmx.de Internet: www.dvet.de	
Spanien Asociación Espanola de Ostomizados c/o Gral. Martínez Campos 42 Dpdo. 4, E-28010 Madrid Telefon: +34/13 08 41 86	GIH, Gesellschaft für Inkontinenzhilfe e.V. Geschäftsstelle, Friedrich-Ebert-Str. 124 34119 Kassel Telefon: 0561/78 08 04 Telefax: 0561/77 67 70 E-Mail: info@gih.de Internet: www.gih.de	
Tschechische Republik CESKÉ ILCO Smidkova 5a CZ-61600 Brno Telefon/Telefax: +42/05 43 24 85 17		

