

System dwuczęściowy	
 NATURA® worek zamknięty z filtrem beżowy - wygodny, niskoprofilowy pierścień - wodoodporny materiał z delikatnej włókniny z gładkimi krawędziami - węglowy filtr gazów	* worek otwarty z filtrem z zapinką InvisiClose® (dla pacjentów opróżniających worki z treści kałowej)
 NATURA® płytka pełna hydrokoloidowa w wersjach: - Stomahesive® - Duraheasive®	 NATURA® płytka Flexible® fizelinowa w wersjach: - z akrylem lub hydrokoloidem do docięcia - z hydrokoloidem plastyczna „do modelowania”
 NATURA® płytka wypukła typu Convex® w wersjach: - Duraheasive® Convex® - Duraheasive® płytka plastyczna Convex® „do modelowania”	 NATURA® płytka akordeonowa w wersjach: - Natura Stomahesive® płytka plastyczna akordeonowa „do modelowania” - Natura Duraheasive® płytka akordeonowa Convex® do docinania
System jednoczęściowy	
 ESTEEM® worek kolostomijny z filtrem - przyklepiec z materiału o właściwościach ochronnych i gojących - dostępny w wersjach z gotowym otworem i do docinania oraz Convex® - worki w wersji beżowej (małe, średnie i duże) oraz przezroczyste - dostępne w wersji z „oknem podglądu” i bez	
 ESTEEM® płytka plastyczna - przyklepiec „do modelowania” palcami „okno podglądu” ułatwiające zakładanie worka i monitorowanie treści jelitowej - dostępny w wersji beżowej i przezroczystej	
 ESTEEM® Flex i Soft Convex - elastyczny hydrokoloidowy przyklepiec - zabezpiecza stomie płaskie i wklęsłe „okno podglądu” do kontroli stomii i zawartości worka - filtr redukujący „balonowanie się worka” - wbudowane zapięcie na rzepy lub zewnętrzna zapinka - uchwyty do zaczepienia paska stomijnego	

Natura®+ worek zamknięty z filtrem, Natura®+ worek otwarty z filtrem z zapinką InvisiClose® to wyroby medyczne do zaopatrzenia kolostomii lub ileostomii. **Producent:** Convatec Polska Sp. z o.o. **Upoważniony przedstawiciel:** UNOMEDICAL A/S. **Podmiot prowadzący reklamę** – Convatec Polska Sp. z o.

Natura® płytka Stomahesive®, Natura® płytka Duraheasive®, Natura® Stomahesive® płytka Flexible fizelinowa z hydrokoloidem, Natura® Stomahesive® płytka Flexible® fizelinowa z akrylem, Natura® Stomahesive® płytka plastyczna akordeonowa, Natura® Duraheasive® płytka plastyczna Convex®, to wyroby medyczne do zaopatrzenia kolostomii, ileostomii lub urostomii **Producent:** Convatec Limited. **Upoważnionego przedstawiciel** – UNOMEDICAL A/S. **Podmiot prowadzący reklamę** – Convatec Polska Sp. z o.o. Esteem®+ worek otwarty z zapinką InvisiClose®, Esteem®+ worek zamknięty, Esteem®+ Flex Convex worek otwarty, Esteem®+ Flex Convex worek otwarty, Esteem®+ Soft Convex worek jednoczęściowy zamknięty, Esteem®+ Soft Convex worek jednoczęściowy otwarty to wyroby medyczne do zaopatrzenia kolostomii lub ileostomii. **Producent:** Convatec Polska Sp. z o.o. **Upoważniony przedstawiciel:** UNOMEDICAL A/S. **Podmiot prowadzący reklamę** – Convatec Polska Sp. z o.o.

Akcesoria			
Chusteczki Sionbiotex do usuwania pozostałości przylepca 	Spray i chusteczki do usuwania przylepca ESENTA™ 	Pasta Stomahesive® (uszczelniająca) 	PRESENTA® Pianka do pielęgnacji i ochrony skóry wokół stomii 
Chusteczki Sionbiotex tworzące barierę ochronną 	Spray i chusteczki ochronne ESENTA™ 	Puder Stomahesive® 	PRESENTA® Żel do ochrony skóry wokół stomii 

SIONBIOTEXT chusteczki tworzące barierę ochronną oraz SIONBIOTEXT chusteczki do usuwania pozostałości przylepca to wyrób medyczny przeznaczony do pielęgnacji kolostomii, ileostomii i urostomii. **Podmiot prowadzący reklamę:** Convatec Polska Sp. z o.o., **Producent:** Sion Biotext Medical

ESENTA™ Spray medyczny do usuwania przylepca, nieszczipiący, ESENTA™ Spray ochronny, nieszczipiący, ESENTA™ Chusteczki medyczne do usuwania przylepca, nieszczipiące, ESENTA™ Chusteczki ochronne, nieszczipiące to wyroby medyczne przeznaczone do pielęgnacji stomii (kolostomii, ileostomii lub urostomii). **Producent:** Convatec Limited **Upoważniony przedstawiciel** – UNOMEDICAL A/S **Podmiot prowadzący reklamę** – Convatec Polska Sp. z o.o.

Pasta Stomahesive® Pasta uszczelniająca, Puder Stomahesive® to wyroby medyczne do pielęgnacji i zaopatrzenia kolostomii, ileostomii lub urostomii. **Producent:** Convatec Limited **Upoważniony przedstawiciel** – UNOMEDICAL A/S **Podmiot prowadzący reklamę** – Convatec Polska Sp. z o.o.

PRESENTA® Pianka do pielęgnacji i ochrony skóry wokół stomii, PRESENTA® Żel do ochrony skóry wokół stomi to wyroby medyczny do pielęgnacji i ochrony skóry wokół stomii **Producent:** Gofarm Sp. z o.o. Sp.k. **Upoważniony przedstawiciel** – Convatec Polska Sp. z o.o. **Podmiot prowadzący reklamę** – Convatec Polska Sp. z o.o.

Bezpłatna linia informacyjna dla osób ze stomią

 **800 120 093**

(pon. - pt., 8.00 - 17.00).

Numer dyżurny 608 555 536*

Działający: od poniedziałku do piątku w godzinach 17.00 - 20.00
sobota w godzinach 10.00 - 14.00

* Opłata za połączenie zgodna z cennikiem operatora

Dowiedz się więcej o produktach stomijnych Convatec



Zamów
bezpłatną próbkę



stomia.pl

Convatec Polska Sp. z o.o.
al. Armii Ludowej 26, 00-609 Warszawa
www.convatec.pl, www.stomia.pl, dzial.pomocy@convatec.com
®/™ oznacza zastrzeżony znak towarowy Convatec Inc.
© Convatec Polska Sp. z o.o., lipiec 2023
AP-63993-POL-POL-v1 (v1.0), OC/9/12/2023



Dział Pomocy
Bezpłatna infolinia
dla pacjentów

Opieka
Przedstawiciele
Medyczni Convatec

Produkty
Sprzęt stomijny
i akcesoria

Edukacja
Nasza Troska
Materiały edukacyjne

Bezpieczeństwo i komfort
KOLOSTOMIKA

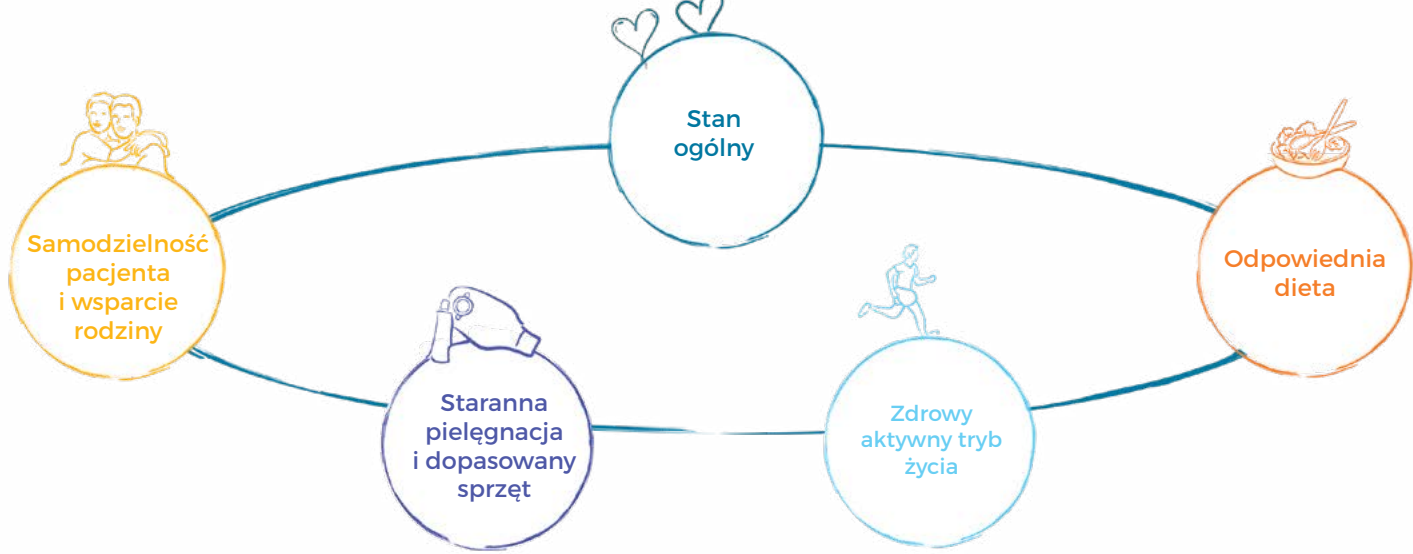


TO SĄ WYROBY MEDYCZNE.

UŻYWAJ ICH ZGODNIE Z INSTRUKCJĄ UŻYWANIA LUB ETYKIETĄ.

PRAWIDŁOWE FUNKCJONOWANIE KOLOSTOMII

Prawidłowe funkcjonowanie stomii i jakość życia pacjenta zależą od wielu czynników. Najważniejsze z nich to stan ogólny i samodzielność osoby ze stomią, odpowied-



Prawidłowa pielęgnacja kolostomii – praktyczne wskazówki:

- Przygotuj w domu miejsce (np. w łazience) – w którym będziesz mógł spokojnie zmienić sprzęt stomijny. Wydziel łatwe dostępne miejsce na worki i akcesoria stomijne.
- Wymianę sprzętu zaplanuj na porę dnia, która odpowiada Twojemu rytmowi wypróżnień) – unikniesz wówczas wydzielania treści kałowej.
- Pamiętaj o prawidłowym doborze sprzętu – zwróć uwagę na konieczność doskonałego dopasowania go do wielkości i kształtu stomii, na właściwości ochronne przylepca, szczelność worka oraz łatwość stosowania.
- Pamiętaj, że prawidłowo dobrany i dopasowany sprzęt to gwarancja bezpieczeństwa i właściwej ochrony skóry wokół stomii.
- Pamiętaj, że niewłaściwie dobrany sprzęt może być przyczyną m.in. braku komfortu, braku poczucia bezpieczeństwa i dyskrekcji (z powodu np. niewydajnego filtra i „balonowania się” worka), podciekania treści jelitowej, a w konsekwencji podrażnienia skóry.
- Zanim przystąpisz do zmiany sprzętu stomijnego, upewnij się, że masz przy sobie wszystkie niezbędne akcesoria stomijne, które ułatwiają cały proces.
- Do odklejenia worka lub płytki użyj sprayu lub chusteczek do usuwania przylepca **ESENTA™**, ułatwi to proces odklejania, a także ochroni skórę przed uszkodzeniem.
- Staraj się w sposób delikatny odklejać przylepiec od skóry, zawsze w kierunku od góry do dołu.
- Pozostałości przylepca lub pasty uszczelniającej możesz usunąć brązowym gazikiem **ConvaCare®** zmywającym*, który skutecznie usuwa pozostałości przylepca; jednocześnie ma

on przyjemny pomarańczowy zapach i niweluje przykrą woń towarzyszącą zmianie sprzętu stomijnego.

- Dokładnie umyj skórę i stomię ciepłą wodą z mydłem , pianką lub chusteczkami **PRESENTA®** do pielęgnacji i ochrony skóry wokół stomii.
- Nie używaj do mycia skóry chusteczek pielęgnacyjnych dla niemowląt, mogą powodować nietrzymanie sprzętu stomijnego.
- Nie obawiaj się niewielkiego krwawienia ze śluzówki stomii podczas jej przemywania – śluzówka jelita jest mocno unaczyniona więc jest to zjawisko naturalne.
- Przed przyklejeniem nowego sprzętu posmaruj skórę wokół stomii (ale nie samą stomię!) zielonym gazikiem **ConvaCare®** z płynem ochraniającym** i pozostaw na czas ok.1 minuty do wyschnięcia. Gazik ten tworzy na skórze przezroczystą warstwę ochronną i zwiększa przyczepność sprzętu stomijnego.
- Alternatywnie, zamiast zielonego gazika, możesz zastosować spray lub chusteczki ochronne **ESENTA™**, które tworzą na skórze delikatną oddychającą powłokę, zmniejszającą ryzyko uszkodzenia i podrażnienia skóry.
- Nowy sprzęt stomijny (płytkę lub worek), możesz delikatnie rozgrzać przed przyklejeniem (np. suszarką do włosów) – spowoduje to zwiększenie elastyczności i ułatwi jego przyklejenie.
- Na umytą i wysuszoną skórę wokół stomii możesz nałożyć pastę **Stomahesive®** (uszczelniającą), która dodatkowo zabezpieczy przed podciekaniem przestrzeni między sprzętem, a kominem stomii (szczególnie, gdy kolostomia wydziela luźny stolec). Jeśli jesteś uczulony na alkohol znajdujący się w paście, zastosuj pierścienie uszczelniające **Stomahesive®**,

- które nie zawierają alkoholu, a skutecznie zapobiegają podciekaniu treści jelitowej
- Po aplikacji sprzętu odpocznij kilka minut, najlepiej w pozycji leżącej, przytrzymując nowo założony sprzęt na obszarze wokół stomii ciepłą dłońią.
- Jeżeli używasz sprzętu do docinania, to otwór w płycie musisz dopasować do wielkości i kształtu stomii- przestrzeń między przylepcem, a stomią musi wynosić ok. 2 mm. Wycięcie zbyt dużego otworu nie daje pełnej ochrony skóry wokół stomii i skutkuje odparzeniem, a zbyt ciasny otwór powoduje drażnienie śluzówki stomii, a w konsekwencji jej patologiczny rozrost i krwawienie.
- Łatwiejszym w stosowaniu rozwiązaniem produktowym od sprzętu do docinania, jest **sprzęt plastyczny - płytki nie docinamy nożyczkami - wystarczy „wymodelować” jej otwór palcami**, by idealnie dopasować go do każdego kształtu i rozmiaru stomii.
- W przypadku stomii płaskiej lub wklęsłej zawsze stosuj sprzęt wypukły typu Convex® oraz pasek stomijny.
- Aby dodatkowo zabezpieczyć brzegi przylepca przed odklejeniem, zastosuj cienkie hydrokoloidowe paski **Varimate**. Zwiększają one powierzchnię przylepną płytki lub worka i przedłużają czas noszenia sprzętu stomijnego.



800 120 093



Jak uniknąć potencjalnych powikłań?

- Regularnie, przy każdej wymianie sprzętu stomijnego, obserwuj wygląd śluzówki swojej stomii i stan skóry wokół stomii.
- Zwracaj uwagę na konsystencję treści kałowej i jej ilość w worku (pod kątem zaparcia lub biegunk).
- Wybierz odpowiedni sprzęt stomijny do rodzaju swojej stomii (płaski lub wypukły typu Convex®), który zapewni szczelne zabezpieczenie przed podciekaniem treści kałowej.
- Regularnie wymieniaj sprzęt stomijny, by jak najsukuteczniej spełniał on swoje zadanie.

Co powinno Cię zaniepokoić?

- Jeśli zaobserwujesz następujące niepokojące objawy, skonsultuj się ze swoim lekarzem lub pielęgniarką stomijną:
- zmiana wyglądu śluzówki - znaczne, zauważalne w krótkim czasie powiększenie się jej wypukłości,
- zmiany na skórze - przewlekłe zaczerwienienie, uczucie pieczenia lub świąd, uszkodzenia (przerwanie ciągłości naskórka),
- obecność krwi zmieszanej z kałem w worku stomijnym.
- nadmierne uczucie pełności, wzdęcia, częste odbijanie, wymioty.
- kilkudniowy brak stolca (3-4 dni), zatrzymanie oddawania gazów z towarzyszącymi bólami o falowym charakterze

- Za każdym razem, gdy wymieniasz sprzęt, obserwuj skórę wokół stomii i samą stomię pod kątem ewentualnych powikłań; każda zmiana skórna wokół stomii wpływa negatywnie na jakość życia oraz na stopień przyczepności sprzętu.
- Jeżeli masz owłosioną skórę brzucha, systematycznie usuwaj owłosienie używając jednorazowych maszynek do golenia w celu uniknięcia infekcji. Przed goleniem zwilż skórę, aby nie uszkodzić naskórka.
- Unikaj pośpiechu, dokładnie naucz się techniki poprawnego stosowania wybranego rodzaju sprzętu stomijnego, co znacznie ułatwi i skróci cały proces codziennej pielęgnacji stomii.
- Po zakończeniu wszystkich czynności, ponownie sprawdź stopień przylegania sprzętu i połączenie płytki z workiem.
- Nie wrzucaj worka stomijnego do toalety – zużyty worek oraz gaziki i chusteczki wrzuć do osobnego worka na śmieci.
- Wychodząc z domu zawsze zabieraj ze sobą kosmetyczkę ze sprzętem stomijnym i akcesoriami pielęgnacyjnymi.
- Pamiętaj o wydalaniu zalegającego śluzu w wyłaczonym końcowym odcinku jelita grubego.
- W przypadku stomii czasowej pamiętaj o ćwiczeniach zwracza odbytu, aby nie dopuścić do osłabienia jego funkcji.
- Jeśli pojawiają się problemy, z którymi nie możesz sobie poradzić, zwróć się o pomoc do lekarza lub pielęgniarki stomijnej.

- Stosuj akcesoria wspomagające codzienną pielęgnację stomii np. gaziki ochronne, aerozol do usuwania przylepca czy pastę uszczelniającą, które ułatwią proces aplikacji i wymiany sprzętu stomijnego. Jeśli doszło do podrażnienia - zastosuj żel **PRESENTA®** do ochrony skóry wokół stomii, puder lub pastę **Stomahesive®** oraz skonsultuj się z pielęgniarką stomijną.
- Staraj się przygotowywać posiłki z produktów zapewniających odpowiednią konsystencję stolca (patrz: wskazówki dietetyczne) oraz spożywaj je regularnie.
- Staraj się być aktywny fizycznie, co wpłynie na pobudzenie pracy jelit, a tym samym na właściwe wydalanie stolca.

- i wymiotami są wskazaniem do pilnej konsultacji lekarskiej.
- nadmierna częstotliwość wydalania płynnego lub półpłynnego stolca utrzymująca się powyżej 2-3 dni.
- deformacja powłok brzusznych po stronie wyłonej stomii.
- ciemne zasinienie do czarnego zabarwienia śluzówki stomii z towarzyszącym napięciem powłok brzusznych i bólem całego brzucha.
- rozejście się zrostu skórno-śluzówkowego z wydzieleniem treści ropnej lub jelitowej.
- podskórne zaczerwienienie wokół stomii z towarzyszącym ociepleniem w tym obszarze.

Kolostomia – wskazówki dietetyczne

Właściwie dobrana dieta ma na celu:

- dostarczenie organizmowi niezbędnych składników pokarmowych, witamin i minerałów,
- zapewnienie właściwego nawodnienia organizmu,
- zminimalizowanie drażniącego działania treści pokarmowej na jelito,
- normalizację ilości i konsystencji stolców poprzez modyfikację sposobu odżywiania.



Pij co najmniej 2 litry płynów dziennie, aby zminimalizować ryzyko powstawania zaparcia. Jest to szczególnie ważne w okresie letnim - podczas upałów. Staraj się nie pić wody gazowanej i napojów słodzonych typu oranżada, gdyż mogą one powodować zgagę, wzdęcia oraz uczucie przelewania w jelitach.



Spożywaj regularnie 5 posiłków dziennie (3 główne: śniadanie, obiad, kolacja oraz 2 mniejsze: II śniadanie i podwieczorek). Przestrzegaj higieny przygotowywania posiłków. Dbaj o to, by pokarmy były zawsze świeże. Stosuj odpowiednie techniki kulinarne, jak gotowanie na parze czy duszenie bez obsmażania, dzięki czemu przyrządzane posiłki będą lekkostrawne.



Spożywaj produkty zawierające dużo błonnika, które zapobiegają wystąpieniu zaparcia np. owoce, warzywa, chleb i makaron pełnoziarnisty. Pozwoli to na lepsze trawienie i zminimalizuje ryzyko wystąpienia nieprzyjemnych dolegliwości pokarmowych jak zaparcia i wzdęcia brzucha.



Unikaj produktów sprzyjających tworzeniu się gazów np. kapusta, kalafior, fasola, groch, cebula, jajka, napoje gazowane. Szczególnie przy kolostomii w jelitach dochodzi do tworzenia się gazów.



Wprowadź do diety produkty, które spożywane regularnie, niwelują nieprzyjemne zapachy np. jogurt naturalny, kefir, maślanka, pietruszka, żurawina. Pamiętaj, że przy kolostomii ma to duże znaczenie w kontekście rodzaju wydzieliny ze stomii.



Wprowadzaj do diety urozmaicenia, spożywaj świeże produkty, a przygotowane posiłki jedz powoli dokładnie przeżuwając pokarm. Pośpiech w jedzeniu może doprowadzić do niestrawności.



Obserwuj swój organizm. Próbuje każdego z nowych pokarmów oddzielnie i w niewielkich ilościach, aby móc zaobserwować reakcję organizmu. W przypadku braku tolerancji nowych produktów, po powtórzeniu próby, należy wyeliminować je z diety.



Dbaj o utrzymanie prawidłowej wagi. Nadmierne kilogramy lub znaczna utrata masy ciała wpływają na funkcjonowanie Twojego organizmu oraz na jakość okolicy okołostomijnej na brzuchu, co z kolei ma przełożenie na prawidłowe lub nie - utrzymywanie się sprzętu stomijnego wokół stomii.

Zdrowa i urozmaicona dieta, która pokrywa zapotrzebowanie organizmu na energię i składniki pokarmowe to warunek dobrego samopoczucia i zdrowego stylu życia.

* brązowe gaziki ConvaCare® pozostawiają na skórze tłustą powłokę, dlatego pamiętaj o tym, by po ich zastosowaniu dokładnie umyć skórę wodą z mydłem lub pianką PRESENTA®.

** zielone gaziki ConvaCare® zawierają w swoim składzie alkohol, zatem nie należy ich stosować na podrażnioną skórę wokół stomii.

Diżurny numer Działu Pomocy* tel.: 608 555 536

* Numer czynny: pon.-pt. 17:00-22:00, oraz sob.-niedz. 10:00-15:00

Wykwalifikowane pielęgniarki stomijne czekają na Państwa telefony i wiadomości e-mail!

Materiał opracowany we współpracy z:
Ursulą Sobczak, Pielęgniarką stomijną, Poznań; Małgorzatą Bocheńską, Pielęgniarką stomijną, Nowy Sącz; Anną Śmizewską, Pielęgniarką stomijną, Wrocław; Grażyną Majewską, Pielęgniarką stomijną, Białystok; Małgorzatą Ambroziak, Pielęgniarką stomijną, Warszawa.