ConTatto

Numero 3 - 2019

Come raggiungere il giusto equilibrio

Scopri il programma (me+

Iscriviti:

prodotti e servizi gratuiti e aggiornamenti sulle ultime novità



Proteggi la cute con l'uso degli accessori

Le risposte e i consigli degli stomaterapisti



Great Comebacks™

Hai tempo fino al 30/04/2020 per inviare la tua storia!



CHIAMA IL NUMERO VERDE 800.930.930

LA GIOIA DI CONDIVIDERE

Carissimi.

si avvicina la fine del 2019:
fase di riflessione e di
bilanci, ma anche di
progetti e speranze
per l'anno nuovo. Un
periodo da trascorrere
con le persone che
amiamo, perché segna
un momento di passaggio
e cambiamento (magari

anche solo simbolico) e avere

la possibilità di confrontarsi con qualcuno quando viviamo una nuova esperienza è profondamente utile per affrontarla al meglio e superarla. Uno spirito di condivisione che è alla base di Great Comebacks™, il Programma Internazionale di ConvaTec che celebra le storie più

rappresentative di "ritorno alla vita" dopo l'intervento di stomia:

condividere la propria esperienza può essere d'aiuto a chi ancora non avesse ripreso il "timone" della propria vita. Per questo

propria vita. Per questo la vostra testimonianza è così importante:

inviateci la vostra storia! Vi anticipo che, visto il grande successo che sta riscuotendo questa XVIII edizione, la scadenza per la partecipazione, inizialmente

prevista per il 30 novembre, è stata posticipata al **30 aprile 2020**: leggete

l'articolo per saperne di più.

Great Comebacks™ è solo una delle iniziative che ConvaTec mette a vostra disposizione: per conoscerle tutte, iscrivetevi a me+™, il Programma che mette gratuitamente a vostra disposizione prodotti e servizi nella strada verso la riabilitazione dopo l'intervento. In questo numero troverete tutte le informazioni in merito: se desiderate saperne di più, contattateci al numero verde gratuito 800.930.930 dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00 o all'indirizzo e-mail convatel.italia@convatec.com.

Come di consueto, in questa uscita troverete le rubriche della nostra Psicologa, la Dottoressa Marina Eramo, dell'Avvocato Diego Palazzoli e soprattutto, i consigli degli operatori sanitari su come proteggere la cute peristomale e gestire correttamente la stomia: vi ricordo che tra i tanti servizi a disposizione, potrete anche contattarci per conoscere l'ambulatorio di stomaterapia più vicino alla vostra abitazione.

Festività Natalizie vuol dire anche un po' lasciarsi coccolare dai piaceri della buona tavola e, se la paura è quella di prendere qualche chilo, basterà dedicare qualche minuto in più agli esercizi me+™ recovery, il Programma di ConvaTec, certificato dal Royal College of Nursing in Inghilterra (una istituzione simile all'ordine degli Infermieri in Italia) che dimostra come praticare una regolare

attività fisica (anche blanda, come 30' di camminata al giorno) sia fondamentale nella strada verso la riabilitazione. Se ancora non lo conoscete, scoprite

> di più leggendo l'articolo dello stomaterapista Calogero Volpe in merito.

Infine, vi invito ad inviarci il vostro parere sui servizi me+™, a raccontarci le vostre esperienze ed emozioni; ConTatto® è la vostra rivista e la pubblicazione e condivisione delle vostre testimonianze è fondamentale per scambiare informazioni utili e aiutarci a rispondere sempre meglio alle vostre richieste.

Colgo l'occasione per augurare a tutti voi di trascorrere piacevoli festività natalizie, in compagnia delle persone che amate, nei luoghi che preferite.

Some fel

ConvaTec Marketing Communication Specialist

Auguri di

Buone Feste

da tutti noi di

ConvaTec!

CASA EDITRICE: Con sede in Via Paullo 9/A Direttore Responsabile: Alessando Pisati Direttore Editoriale: Laura Meli Stampa: Optima Srl - Milano ConTatto®: Periodico telematico. Numero: NOVEMBRE 2019. Tutti i diritti sono riservati, in particolare il diritto di duplicazione, nonché il diritto di traduzione. Nessuna parte di questa pubblicazione può essere riprodotta in alcuna forma senza il consenso scritto dell'Editore. I testi dei redazionali proposti rispecchiano il pensiero dei singoli Autori.

> ConTatto® è un marchio registrato ConvaTec Inc. AP-020895-IT

> > Scrivete a:

Rivista ConTatto[®], Via della Sierra Nevada, 60 00144 Roma, alla cortese attenzione di Laura Meli

oppure mandate un'e-mail a: convatel.italia@convatec.com

4

Risponde lo stomaterapista

Esperti stomaterapisti hanno messo la loro professionalità al tuo servizio, rispondendo alle tue domande sulla gestione della stomia. Ecco le loro risposte e i recapiti per contattarli 18

Gli ambulatori al tuo servizio

La riabilitazione psico-fisica dopo un intervento di stomia richiede un'adeguata assistenza: ecco i riferimenti dei centri di riabilitazione cui rivolgerti in tutta Italia

10

Gestire la stomia

Risponde Andrea Antonioli, stomaterapista dell'ASUR Marche Area Vasta 1 di Pesaro 20

Stomia e invalidità: agevolazioni fiscali per i veicoli delle persone diversamente abili

Diego Palazzoli, Avvocato e consulente ConvaTel®, illustra quali sono e come accedere a queste misure economiche

12

Proteggere la cute peristomale con l'uso degli accessori

Serena lo Torto, stomaterapista dell'Ospedale Cisanello di Pisa, spiega perché è importante adoperare gli accessori per proteggere la cute peristomale 22

Difendersi dall'ansia

Marina Eramo, Psicologa e consulente ConvaTel®, illustra quali meccanismi attivare per difendersi dall'ansia



Numero 3 - 2019

16

Risposte alle domande frequenti sull'urostomia

Antonio Verucci, stomaterapista dell'Azienda Ospedaliera Universitaria Pisana - Ospedale di Cisanello, illustra alcuni semplici suggerimenti per gestire l'urostomia 24

Perché iscriversi a me+TM

Un mondo di servizi gratuiti a tua disposizione e a portata di mano, da richiedere e utilizzare come e quando vuoi



ConvaTec mette a tua disposizione la consulenza telefonica gratuita di infermieri specializzati nella gestione della stomia. Per prenotare la tua:

- → telefona al numero verde gratuito **800.930.930**
- → manda un'e-mail all'indirizzo convatel.italia@convatec.com
- → consulta i nostri social media: sulle nostre pagine Facebook (<u>Servizio ConvaTel</u> e <u>ConvaTec Italia</u>) e Twitter (<u>@ConvaTecItalia</u>)
- → invia un fax al numero 800.930.950

Ecco alcuni suggerimenti degli operatori sanitari che hanno messo la loro professionalità al tuo servizio

Risponde Maria Cristina Serra, stomaterapista dell'Ospedale E. Bassini, ASST Nord Milano di Cinisello Balsamo

- (D) Cosa ti ha colpito di questa esperienza?
- (R) La competenza delle consulenti e la sinergia tra il team aziendale e gli operatori sanitari.
- (D) Ci sono state delle domande che ti hanno colpita?
- (R) Ho avuto la conferma che le esigenze delle persone stomizzate sono molteplici e

talvolta complesse, il supporto di infermieri in possesso di competenze specialistiche può migliorare sensibilmente la qualità di vita, evitando complicanze e costi aggiuntivi a carico del sistema sanitario. La mappatura capillare dei centri di stomaterapia presenti sul territorio nazionale e le indicazioni che fornite attraverso il numero verde, rappresentano un valido ed insostituibile servizio.

- (D) Nel mondo attuale tante informazioni derivano dai nuovi mezzi di comunicazione. Quali sono i vantaggi? Quali i rischi?
- R Poter accedere in qualsiasi momento (e da qualsiasi dispositivo elettronico) ad Internet e ad informazioni dettagliate è un indubbio vantaggio. Se la persona assistita è consapevole ed informata, il lavoro degli operatori sanitari può risultare facilitato. Occorre, tuttavia, verificare le informazioni, accertarsi dell'autorevolezza delle fonti e far sì che la persona si senta parte protagonista e attiva del piano di cura. Occorre coniugare empatia e competenze, nel nostro ambulatorio il percorso di presa in carico della persona con stomia è molto rigoroso e conforme alla NORMA ISO 9001: 2015.
- (D) Quali sono le indicazioni "imprescindibili" nella gestione della stomia?
- R Occorre fornire indicazioni semplici, la persona è già "provata" dalla patologia di base. Un'adeguata gestione della stomia è finalizzata all'adesività del presidio di raccolta e alla prevenzione delle complicanze. La scelta del sistema di raccolta rappresenta uno step importante del percorso terapeutico-riabilitativo, così come le corrette manovre di stomacare e di gestione della cute peristomale. La persona con stomia ha diritto di scegliere la tipologia di presidio che permetta il ritorno, il più

precocemente possibile, ad una qualità di vita dignitosa.

(D) Qual è il ruolo dello stomaterapista?

(R) Lo stomaterapista fornisce un'assistenza specialistica, le linee guida di riferimento raccomandano la presa in carico della persona candidata al confezionamento di una stomia, già dalla fase pre-operatoria proseguendo nella fase post-operatoria e nel follow-up, fino ad un nuovo equilibrio. Lo specialista infermiere elabora un piano di cura centrato sui bisogni dell'assistito, ma è sempre pronto a rivalutarlo e a personalizzarlo "in itinere". Ritrovare l'equilibrio nella nuova condizione è un percorso personale, talvolta complesso, lo stomaterapista è un facilitatore, fornisce gli strumenti affinché ognuno scelga con "saggia decisione".

(D) Qual è il tuo modello ideale di assistenza?

R Mi piace pensare ad un puzzle di cui conosciamo il soggetto, ma non le modalità in cui sarà rappresentato, le modalità sono una rappresentazione individuale. Attraverso l'interazione tra persona stomizzata, infermiere stomaterapista, associazione dei pazienti, azienda produttrice si materializza l'immagine, sempre nuova, sempre personale. Un puzzle, appunto, dove ogni pezzo si incastra mirabilmente.

CONTATTA LA STOMATERAPISTA MARIA CRISTINA SERRA

Ospedale E. Bassini, ASST Nord Milano di Cinisello Balsamo Via M.Gorky, 50 - Ambulatorio stomizzati ed incontinenti c/o poliambulatori area chirurgica II° piano Infermiere Stomaterapiste:

Maria Cristina Serra, Grazia Palumbo.

Coordinatore Infermieristico Referente: Rino Corrarello Orari e giorni di apertura: tutti i giorni, 8.00 – 15.30 Telefono: Ambulatorio 02 57998285; centralino 02 57991; Corrarello 02 57998481



Risponde Stefano Frascarelli, stomaterapista USL Umbria 1

- (D) Cosa hai maggiormente apprezzato del Servizio?
- R Competenza e professionalità delle consulenti e l'organizzazione del loro lavoro: ben strutturato, sinergico e in piena collaborazione
- (D) Nelle consulenze che hai effettuato, ti ha colpito qualche domanda?

R Sembra strano, ma sono rimasto colpito dal fatto che le persone non sapessero di poter contare sul supporto di uno stomaterapista. Questo è stato gratificante, perché ho potuto veramente aiutare delle persone che non avevano avuto modo di potersi rapportare con uno specialista. Per questo trovo molto utile il servizio che ConvaTel mette a disposizione anche la possibilità di informare sui centri di

Imparare
a gestire la stomia
è molto importante,
perché ti consente
di recuperare
più velocemente
l'autonomia

nazionale.

(D) Secondo te, quali informazioni dovrebbero essere meglio diffuse?

riabilitazione sul territorio

R Sicuramente le informazioni sui prodotti di ultima generazione per la gestione della stomia, tra i quali i prodotti modellabili, che non richiedono l'utilizzo delle forbici e barriere cutanee con il soffietto e che consentono un'applicazione "atraumatica" della sacca. In questo, però, la responsabilità è condivisa con noi operatori sanitari che, a volte, essendo abituati ad utilizzare i prodotti tradizionali, non ci mettiamo nei panni delle persone stomizzate. Dovremmo fermarci un attimo a riflettere: le persone imparano da noi e, se possiamo aiutarle a gestire la stomia in

maniera più semplice, magari ci conviene anche cambiare un po' la nostra routine e impiegare qualche minuto in più per insegnare l'utilizzo di sistemi di raccolta più innovativi. Si tratta solo di pensare che in questo modo possiamo davvero aiutare le persone a raggiungere una buona qualità della vita.

(D) Quanto è importante il ruolo delle Associazioni?

R Molto importante: può davvero rappresentare un punto di riferimento per le persone stomizzate, che spesso non sanno nemmeno quali siano i loro diritti e cosa fare per vederseli

riconosciuti. Persone che vivono la stessa esperienza e che hanno già imparato ad orientarsi nelle lungaggini burocratiche, possono essere di supporto per chi si trova per la prima volta ad affrontare tutto questo e condividere anche momenti piacevoli di spensieratezza e condivisione. Questo, però, è vero purché le persone che ne fanno parte siano fortemente motivate.

- (D) C'è un consiglio che dai sempre alle persone che frequentano il tuo ambulatorio?
- R Più che altro, nella fase preoperatoria e nell'immediato post operatorio, di farsi accompagnare in ambulatorio da una persona che si prenderà cura di loro (il cosiddetto care-giver). Questo perché, quando si deve affrontare un intervento, come è normale che sia, si può essere molto distratti dalle troppe preoccupazioni e non riuscire a far subito proprie tutte le informazioni che si ricevono. Ovviamente deve essere considerato come un supporto "temporaneo": non bisogna, infatti, essere

dipendenti da nessuno nella gestione della stomia, nemmeno dal proprio stomaterapista. Obiettivo primario di noi operatori è aiutare le persone a diventare autonome nella gestione della stomia, pur consapevoli che, in qualsiasi momento, possono sempre contare sul supporto presso il centro di stomaterapia, la cui valenza è indiscutibile.

CONTATTA LO STOMATERAPISTA STEFANO FRASCARELLI

Perugia - Bastia Umbra - Palazzo della Salute

Viale Giontella / Via delle Tabacchine

Ambulatorio stomizzati - Piano terra ambulatorio 11

Orari e giorni di apertura: dal lunedì al sabato 8:00 – 13:00

e il martedì 15:00 – 19 **Telefono**: 349/4675276



Risponde Ciro De Rosa, stomaterapista del Centro Stomizzati Week Surgery dell'Ospedale Cardarelli di Napoli

- (p) Perché è stata importante per te questa esperienza?
- Perché ho potuto constatare di persona l'efficienza del Servizio. Le consulenti sono molto preparate, l'organizzazione del lavoro è esemplare e, soprattutto, ho avuto la conferma del grande supporto che viene offerto ai pazienti.
- (D) Quali servizi apprezzi di più?
- R A parte le informazioni tecniche sui prodotti, il supporto concreto che date con l'invio dei campioni e del materiale informativo, ritengo fondamentale il servizio di consulenza legale, che davvero aiuta i pazienti nel ritorno alla vita quotidiana

e le informazioni sugli ambulatori di stomaterapia che sono un supporto prezioso anche per noi operatori sanitari, nell'ottica di garantire alle persone che per un motivo o l'altro non possiamo più seguire (ad esempio, se sono state operate nella mia realtà, ma vivono in un'altra città) la continuità assistenziale di cui c'è bisogno.

- (D) Ti è rimasta impressa qualche domanda in particolare?
- R Un paziente mi ha chiesto se era corretto adoperare soluzione fisiologica per l'igiene della stomia: ovviamente, non è consigliabile, per via della concentrazione salina che potrebbe creare fastidi qualora la cute fosse irritata. Sono rimasto sorpreso

perché vuol dire che non ha ricevuto il giusto supporto. Questo indica che c'è ancora tanto bisogno di informazione ma, soprattutto, che dobbiamo metterci in discussione anche noi operatori sanitari: a volte non diamo delle informazioni (in questo caso, sullo stoma care) perché magari le diamo per scontate. È per questo che ritengo che il nostro compito sia anche quello di dare delle indicazioni anche estremamente basilari, ma chiare, in modo che restino impresse. La persona interessata sa poi di poter contare sul supporto dello stomaterapista per maggiori chiarimenti.

- (D) Quali sono, quindi, le informazioni chiave nella gestione della stomia?
- (R) Potrei riassumerle così:
 - igiene della stomia. Le proprie abitudini non vanno cambiate: si può tranquillamente fare il bagno e la doccia, adoperando un sapone neutro ed asciugando la cute con pannocarta tamponandola semplicemente. Non usare mai sostanze come: etere, alcool, amuchina o altre sostanze che possano irritare la cute; in caso insorgano irritazioni contattare il proprio operatore sanitario di fiducia;
 - igiene alimentare. Seguire delle semplici indicazioni: mangiare regolarmente, bere almeno un litro e

mezzo d'acqua, masticare bene il cibo e consumare pasti ad orari quanto più possibili regolari. Convivere con la stomia non vuol dire rinunciare ai piaceri della tavola, ma reintrodurre lentamente gli alimenti nella propria alimentazione per capire se eventualmente alcuni di questi possano creare disturbi, quindi evitarli o ridurli nella dieta;

- attività motoria. Si consiglia, non appena possibile, di camminare un po' alla volta, fare movimenti a corpo libero e imparare a rinforzare la parete addominale, attraverso semplici esercizi respiratori. Il programma me+™ recovery di ConvaTec, ad esempio, è un ottimo suggerimento da questo punto di vista;
- consigli burocratici: i dispositivi per stomia sono rimborsati dal Servizio Sanitario Nazionale. I quantitativi massimi concedibili sono indicati nei nuovi LEA di marzo 2017 (dove non ancora recepiti dalle Regioni, DM 321 del 31/05/2001).

Ma soprattutto sapere di potersi rivolgere al proprio operatore sanitario di fiducia per qualsiasi necessità.

CONTATTA LO STOMATERAPISTA CIRO DE ROSA

Azienda Ospedaliera Antonio Cardarelli Via A. Cardarelli - Ambulatorio stomizzati Week Surgery

Orari e giorni di apertura: su appuntamento, martedì 12:00 – 14:00 e giovedì 14:00 – 16:00

Telefono: ambulatorio 0817472022; cellulare: 338 8118882



ACCESSORI PER GESTIRE LA STOMIA



Niltac

| PRODOTTO | CODICE | ISO 2017 |
|-----------|--------|--------------|
| SPRAY | TR 101 | 09.18.30.009 |
| SALVIETTE | TR 102 | 09.18.30.009 |

Aiuta a rimuovere in modo delicato la placca ed a eliminare i residui di adesivo dalla cute



Silesse

| PRODOTTO | CODICE | ISO 1999 | ISO 2017 |
|-----------|--------|--------------|--------------|
| SALVIETTE | TR 103 | 09.18.30.006 | 09.18.30.009 |
| SPRAY | TR 104 | 09.18.30.006 | 09.18.30.009 |

Crea una sottile barriera protettiva tra cute e placca, proteggendola dal contatto con gli effluenti



Pasta Stomahesive

| CODICE | ISO 1999 | ISO 2017 |
|--------|--------------|--------------|
| 7598 | 09.18.30.003 | 09.18.30.012 |

Livella le irregolarità della cute intorno alla stomia migliorando l'adesione della placca



Polyere Stomahesive

| CODICE | ISO |
|--------|--------------|
| 7595 | 09.18.30.006 |

Protegge la pelle irritata assorbendo l'essudato e favorendo l'adesione del sistema di raccolta



Anello Stomahesive

| CODICE | ISO 1999 | ISO 2017 |
|--------|--------------|--------------|
| 413503 | 09.18.30.003 | 09.18.30.012 |

Sigilla il contorno della stomia, proteggendo la pelle dal contatto con gli effluenti



Diamons - Bustine gelificanti antiodore

| 0 | |
|----------|--------|
| PRODOTTO | CODICE |
| DIAMONDS | TR 105 |

Le bustine sono assorbenti, gelificano le feci liquide e ne catturano gli odori grazie alla tecnologia ActivOne™ Odour Control



Ease™ Strips cerotti idrocolloidali

| PRODOTTO | CODICE |
|----------------------|--------|
| EASE™ STRIPS SOTTILI | 422160 |
| EASE™ STRIPS CURVE | 422164 |

Sottili strisce idrocolloidali che aiutano a mantenere adesa la placca alla cute e si adattano al corpo del paziente, seguendone tutti i movimenti



Cintura addominale

| PRODOTTO | CODICE |
|----------|--------|
| CINTURA | 6611 |

Fornisce un ulteriore senso di sicurezza e di tenuta del dispositivo

Per richiedere campioni gratuiti, contatta il numero verde gratuito **800.930.930*** dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00 o manda un'e-mail all'indirizzo **convatel.italia@convatec.com**Per maggiori informazioni visita il sito **www.convatec.it**





- (D) Quali domande pongono frequentemente le persone stomizzate?
- (R) La più grande preoccupazione è, come prevedibile, la tenuta del sistema di raccolta: per questo gli interrogativi sono spesso relativi alla tipologia di sacca di raccolta (se due pezzi o monopezzo). Altra esigenza importante è l'alimentazione e spesso le informazioni disponibili sono approssimative.
- (D) Quali sono i consigli imprescindibili nella gestione della stomia?
- R Più che un consiglio, direi un obiettivo che va assolutamente perseguito: mantenere integra la cute peristomale. Alcune persone sono convinte che avere la cute arrossata sia la naturale conseguenza del vivere con la stomia: in realtà è l'indice della possibile insorgenza di una complicanza. La cute deve presentarsi rosea e integra come in qualsiasi altra parte del corpo.
- (D) Che cosa si intende per stomacare?
- (R) Lo stomacare è l'insieme delle procedure per sostituire il sistema di raccolta ed effettuare con cura l'igiene della stomia. È un passaggio cruciale nella gestione dello stoma, perché contribuisce in maniera determinante a mantenere integra la cute

peristomale. Quando ti appresti a sostituire

la sacca, assicurati di avere a disposizione tutto l'occorrente: acqua e sapone neutro, il sistema di raccolta pulito e un sacchetto per i rifiuti.
Ti basterà seguire pochi semplici passaggi:

Mantenere
integra la cute
è fondamentale
per una corretta
gestione della
stomia

elimina il sistema

di raccolta dall'alto verso il basso. Per evitare di "stressare" la cute ed eliminare efficacemente le tracce di adesivo dalla cute, aiutati con il film **rimuovi adesivo**:

- lava la pelle con acqua e sapone (mi raccomando a che il detergente non rilasci residui che possono compromettere la tenuta del sistema di raccolta);
- asciuga la cute tamponandola semplicemente con pannocarta (o con un asciugamano morbido che non

rilasci pelucchi);

- applica il film protettivo sulla cute: disponibile in spray o salviette (la scelta di un formato rispetto ad un altro dipende esclusivamente dalle tue preferenze) crea una barriera dal contatto con gli effluenti;
- applica il sistema di raccolta pulito dal basso verso l'alto ed elimina i rifiuti nell'apposito sacchetto.

NOTA BENE: per proteggere la cute è fondamentale che non si creino spazi vuoti tra la barriera cutanea e la stomia, poiché sono la causa primaria di infiltrazioni, altamente dannose per la cute e, di conseguenza, fonte di alterazioni e distacco del sistema di raccolta. Per questo è importante preparare bene il foro centrale della barriera cutanea: se lo ritagli, preparalo non più grande di 2mm rispetto alle dimensioni della stomia: se lo modelli. ti basterà riprodurre più o meno delle dimensioni dello stoma: una volta applicata alla cute la placca, l'adesivo modellabile tornerà indietro, "abbracciando" i contorni della stomia e riducendo il rischio di infiltrazioni.

(D) Perché è importante frequentare un ambulatorio?

R Per supportare la persona nel trovare non solo il sistema di raccolta più adatto alle sue esigenze, ma anche le risposte alle sue domande. Nel mio centro di riabilitazione, ad esempio, offriamo un supporto a 360 gradi,

CONTATTA LO STOMATERAPISTA ANDREA ANTONIOLI

ASUR Area Vasta 1 di Pesaro

Viale XI febbraio

Ambulatorio stomizzati - II° piano

Orari e giorni di apertura: mercoledì dalle 15:30

alle 17:30; giovedì dalle 17:30 alle 19:30

Telefono: 0721/424543

sia alla persona stomizzata che a chi si prende cura di loro (il cosiddetto caregiver). Nello specifico:

- → informazioni sulla prescrizione;
- insegnamento alla pratica dell'irrigazione per le persone colostomizzate;
- → supporto nella gestione della stomia, la prevenzione e la risoluzione delle complicanze
- indicazioni sull'alimentazione da seguire;
- supporto anche dopo l'eventuale ricanalizzazione.

(D) Qual è il ruolo dello stomaterapista?

(R) Mi piace riassumerlo in tre sole parole: competenza, empatia e relazione. Per supportare una persona bisogna capirne le esigenze e avere le conoscenze per soddisfarle. Ma questo non basta: bisogna anche essere capaci di "mettersi nei panni" dell'altro, offrire un supporto emotivo. Da qui si crea un legame di fiducia, che fa dello stomaterapista il punto di riferimento per qualsiasi esigenza.





Serena lo Torto, stomaterapista dell'Ospedale Cisanello di Pisa, spiega perché è importante adoperare gli accessori per proteggere la cute peristomale

a percentuale più grande delle complicanze precoci o tardive nelle persone stomizzate (52-56%) è rappresentata dalle alterazioni della cute peristomale. Per evitarne l'insorgenza è necessario attivare una prevenzione quotidiana e continua con lo scopo proprio di proteggere la cute intorno alla stomia. Purtroppo le lesioni che possono manifestarsi, se non trattate in tempo, potrebbero diventare più gravi e, considerando che la porzione di pelle in questione è l'unico "ponte d'aggancio" per la sacca è necessario che la cute sia integra per garantire la corretta adesione. La presenza di lesioni provoca, inoltre, stress e malessere psico-fisico alla persona stomizzata che nella maggior parte dei casi si ritrova costretta a recarsi in ambulatorio per eseguire medicazioni non sempre facili e indolori. Il consiglio di noi stomaterapisti è, quindi, quello di proteggere la cute peristomale utilizzando ogni arma in nostro possesso.

Quali sono i suggerimenti per proteggere la cute? Gli strumenti a nostra disposizione sono molti. Principalmente, al momento del cambio della sacca, bisogna detergere e asciugare la cute molto accuratamente utilizzando sapone neutro e acqua. Altrettanto importante è tamponare la zona per renderla asciutta e pronta all'adesione della nuova sacca. Non dimentichiamo mai che, a ogni cambio, bisogna monitorare accuratamente le condizioni della cute (aiutandosi anche con uno specchio) in modo da individuare per tempo l'eventuale presenza di zone critiche, arrossamenti o lesioni. Al momento del posizionamento del nuovo sistema di raccolta bisogna accertarsi che il foro della placca (essa stessa già barriera colloidale protettiva per la cute) sia della forma e della misura più simile al proprio stoma, solo in questo modo riusciremo a proteggere realmente la cute dal contatto con gli effluenti. In

molte situazioni suggeriamo l'utilizzo del film protettivo in spray o in salviette e della pasta barriera che applicata attorno alla giunzione muco-cutanea dello stoma isola maggiormente gli effluenti e contribuisce ad un'adesione più sicura della sacca.

Quando è necessario adoperare un 2. prodotto convesso? La necessità di un prodotto convesso nasce quando siamo di fronte a pazienti con addomi complicati (obesi, cachettici, con pliche e grandi ferite chirurgiche) o con stomie rientranti rispetto al piano cutaneo. In questi casi la convessità della placca ci permette (magari con l'eventuale aiuto di una cintura) di far protrudere maggiormente lo stoma. Per esperienza posso dire che i prodotti convessi mi hanno aiutato anche in situazioni dove apparentemente sembrava non esserci alcun problema di morfologia o di malposizionamento. Semplicemente sembrava che i prodotti piani non riuscissero a soddisfare le esigenze di adattabilità e adesione richieste dai pazienti i quali hanno trovato tranquillità benessere e discrezione con i sistemi convessi. Sicuramente è necessario comunque prima di prescrivere una convessità di qualsiasi grado fare assieme al paziente un periodo di prova per valutare ogni possibile criticità l'insorgenza di

Quando è opportuno 3. utilizzare gli accessori?

suo utilizzo.

o controindicazione al

La situazione ideale per ogni stomaterapista e ogni paziente sarebbe quella di mantenere

inalterata la cute peristomale e avere tranquillità di adesione del sistema di raccolta senza l'utilizzo di alcun accessorio. Non è sempre così semplice: per fortuna la gamma dei prodotti a nostra disposizione è varia e molto facile da utilizzare, non impatta eccessivamente

durante le manovre di sostituzione della sacca e garantisce spesso una tranquillità elevata ai pazienti. Gli accessori vanno utilizzati su consiglio dello stomaterapista che è l'unico professionista in grado di riconoscere le situazioni nelle quali sono necessari, e ha le competenze per addestrare il paziente o il care-giver al loro utilizzo

Quali sono le funzioni e come si usano gli accessori

- Film protettivo: non esiste alcuna controindicazione al suo utilizzo. Può essere in formato spray o salviette, rilascia una pellicola traspirante protettiva tra cute e placca a base di silicone che protegge la pelle dal contatto con gli effluenti. All'utilizzo non provoca bruciore perché privo di alcool, non è oleoso e ha un'asciugatura immediata. Si può utilizzare ad ogni cambio sacca dopo aver deterso e asciugato la pelle distribuendo il prodotto nella zona peristomale.
 - Rimuovi adesivo: utilissimo nelle situazioni di immediato post operatorio quando il paziente avverte dolore addominale e molto funzionale nei casi in cui i pazienti abbiano
 - scarsa manualità o l'adesivo della placca rimanga eccessivamente adeso alla pelle, rilasciando alcuni residui. La funzione di questo accessorio infatti, anch'esso in formato spray o salvietta, è proprio quello di annientare all'immediato contatto con cute/placca il potere adesivo di quest'ultima, rendendo la manovra della rimozione

molto semplice e totalmente indolore. Polvere: dal mio punto di vista è la regina

degli accessori. Si tratta di una polvere facile da applicare che deve essere utilizzata quando ci troviamo di fronte

Per evitare

complicanze, è molto

importante tenere

sempre protetta

la cute intorno

allo stoma

- a lesioni cutanee di primo/secondo stadio ovvero arrossamenti, presenza di essudato e piccole escoriazioni. Essa riesce a proteggere la pelle dall'eventuale contatto con gli effluenti e al tempo stesso promuove il processo di guarigione in quanto riesce a catturare l'umidità della ferita agevolando quindi anche l'adesione della placca. In pochissime applicazioni si hanno ottimi risultati
- Pasta: ciò che non può mai mancare, soprattutto in caso di ileostomia o urostomia. La pasta, infatti, applicata in moderata quantità direttamente intorno allo stoma o sul bordo del foro della placca, riesce a isolare molto bene questa zona facendo in modo che gli effluenti (in questo caso liquidi per definizione) non si infiltrino al di sotto della placca. Ma, soprattutto, aiuta a livellare eventuali irregolarità cutanee (presenza di cicatrici e/o pieghe cutanee) per creare una base di adesione uniforme per il sistema di raccolta.
- Cerotti idrocolloidali: sono strisce adesive appunto di idrocolloide che si applicano sui bordi della placca per aumentarne l'adesività e dare maggior tranquillità al paziente. Si adattano alla conformazione addominale e, una volta applicati, diventano parte integrante del sistema di raccolta.
- → Cintura: con i sistemi a due pezzi o con prodotti convessi possiamo utilizzare la

- cintura addominale. Si applica grazie ai gancini presenti ai lati della placca o della sacca e fornisce un ulteriore sistema di fissaggio che rende il presidio più stabile e adeso dando al paziente un senso di sicurezza maggiore senza inficiare nel comfort e nella discrezione.
- Bustine gelificanti: ai pazienti portatori di ileostomia consiglio sempre di provare almeno una volta queste bustine gelificanti. Non sono altro che piccole bustine della misura di una "caramella" che, a contatto con gli effluenti, gelificano il contenuto della sacca. Immaginiamo che beneficio possono avere quindi le persone ileostomizzate che si vedono notevolmente diminuire la necessità di svuotare la sacca e il solito rumore proveniente dallo sciabordio del liquido all'interno è praticamente annullato. Possono essere utili anche in casi dove abbiamo alterazioni cutanee causate da infiltrazioni al di sotto della placca poiché, appunto con una maggior consistenza delle feci, sono notevolmente ridotte.

CONTATTA LA STOMATERAPISTA SERENA LO TORTO

AUOP Ospedale Cisanello di Pisa

Ambulatorio stomizzati monoblocco centrale

Referenti: Serena Lo Torto, Federica Becherini,

Iacopo Bernini, Fabio Stefani

Orari e giorni di apertura: ogni mercoledì dalle 14 alle 17.30

Telefono: 050 996816



Protezione cutanea, un dono di NATURA ⊕

Natura[™]è il sistema a due pezzi di ConvaTec pensato per offrirti comfort e discrezione.

Un 'click' sonoro conferma che placca e sacca sono agganciati correttamente.

Le **placche a soffietto** ti consentono di applicare la sacca senza esercitare pressione sull'addome.



Disponibili nelle seguenti versioni:







Per richiedere campioni gratuiti, contatta il numero verde gratuito **800.930.930*** dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00 o manda un'e-mail all'indirizzo **convatel.italia@convatec.com**Per maggiori informazioni visita il sito **www.convatec.it**





I suggerimenti di Antonio Verucci, stomaterapista dell'Azienda Ospedaliera Universitaria Pisana

Il confezionamento di un'urostomia si rende necessario quando, a causa di un tumore, di una malattia o di un evento traumatico, deve essere rimossa una parte del tratto urinario. La derivazione delle urine può avvenire direttamente, abboccando gli ureteri alla cute (ureterocutaneostomia) oppure una porzione dell'intestino tenue viene recisa chirurgicamente, suturata ad una estremità e utilizzata come nuovo condotto per le urine. Gli ureteri che trasportano l'urina dai reni sono quindi collegati a questa porzione tubulare di intestino la cui parte terminale viene fatta fuoriuscire attraverso la parete addominale, a creare lo stoma.

(D) Come va gestita l'urostomia?

Prendersi cura dell'urostomia significa preoccuparsi di mantenere integra la cute peristomale, perché da questa dipende la tenuta del sistema di raccolta e, di conseguenza, la tua qualità della vita. Le urine sono particolarmente aggressive sulla cute: per questo, rispetto agli altri tipi di stomia, la protezione della pelle è ancora più importante. Oltre a scegliere il sistema di raccolta che meglio risponda alle tue

esigenze è fondamentale effettuare con cura l'igiene della stomia.

(D) Come si effettua lo stomacare?

R Semplicemente lavando bene la cute con acqua e sapone (evitando i detergenti oleosi o in crema, che possono lasciare residui e compromettere la tenuta del sistema di raccolta) e asciugarla, tamponandola con panno carta. Evita di strofinare la cute per non "stressarla".

- (D) Quali sono le caratteristiche che deve avere una sacca per urostomia?
- R La sacca deve presentare una valvola anti-reflusso per evitare la risalita delle urine e che abbia delle "scanalature" per consentire un'equa distribuzione delle urine nella sacca, per offrirti maggior comfort e discrezione. È importante che il rubinetto di chiusura sia facile da aprire e chiudere, in modo da evitare che tu possa sporcarti le mani quando vuoti la sacca. Infine, è meglio che sia di un materiale morbido, come il silicone, affinché sia confortevole sotto gli abiti.
- (D) Cosa sono i cateterini?
- R Si tratta di tubicini inseriti nell'uretere per permettere la fuoriuscita dell'urina proveniente dai reni ed impedire la stenosi o chiusura della stomia cutanea. Detti anche tutori ureterali, vengono posizionati in caso ureterocutaneostomia e, in genere, vanno sostituiti in ospedale una volta ogni uno/due mesi. Per una corretta gestione, è



attenzione a non sfilare il cateterino quando si sostituisce la placca.

- (D) Quali accessori è consigliabile adoperare per facilitare la gestione della stomia?
- (R) Il film protettivo aiuta a proteggere la cute dal contatto con gli effluenti. Va applicato sulla pelle pulita e asciutta prima di applicare il sistema di raccolta. In caso sulla cute fossero presenti delle irregolarità (quali cicatrici o pieghe cutanee) è utile adoperare la pasta protettiva, che va applicata per creare una superficie uniforme e facilitare l'adesione del sistema di raccolta. In caso di difficoltà nell'eliminare il sistema di raccolta, puoi utilizzare il **rimuovi** adesivo, che aiuta a sostituire la sacca in maniera atraumatica e ad eliminare eventuali tracce di adesivo o pasta dalla cute. In caso di lievi rossori e/o alterazioni si può adoperare la polvere, che assorbe l'essudato, favorisce la guarigione delle lesioni senza compromettere la tenuta del sistema di raccolta. Nel caso avessi bisogno di una maggiore adesione del sistema all'addome puoi adoperare la cintura. È importante che, per qualsiasi cosa, tu sappia di poterti rivolgere al tuo operatore sanitario di fiducia.

CONTATTA LO STOMATERAPISTA ANTONIO VERUCCI

Azienda Ospedaliera Universitaria Pisana - Ospedale Cisanello

Via Paradisa 2 - Ambulatorio urologico Edificio 30 piano terra percorso J (arancione) ambulatorio 9 ala D

Orari e giorni di apertura: martedì dalle

08:30 alle 13:30

Telefono: 050/997768



Frequentare un ambulatorio è molto importante: gli stomaterapisti offrono a te e a chi si prende cura di te, tutte le informazioni di cui avete bisogno, dalla scelta del prodotto alla gestione di eventuali complicanze. Per conoscere l'ambulatorio più vicino alla tua abitazione, contattaci al numero verde **800.930.930**, dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 17:00 o mandaci un'e-mail all'indirizzo <u>convatel.italia@convatec.com.</u>

<u>L'ambulatorio di stomaterapia dell'Ospedale San Giovanni dell'Addolorata</u> <u>di Roma</u>

Dario Cilli, stomaterapista, illustra i servizi del centro di riabilitazione in cui opera e indica alcuni suggerimenti utili per la gestione della stomia

ambulatorio di stomaterapia dell'Ospedale San Giovanni dell'Addolorata di Roma è stato aperto nel 2011. Presso il centro di riabilitazione potrai trovare tutto il supporto di cui hai bisogno fin dalla fase preoperatoria: quando l'intervento è programmato, c'è la possibilità di effettuare il colloquio e il disegno preoperatorio, ovvero indicare qual è il punto migliore per confezionare la stomia, in modo che sia poi facilmente gestibile e ti consenta una buona qualità della vita. In particolare potrai:

- ricevere supporto nell'identificazione del sistema di raccolta più adatto alle tue esigenze;
- conoscere la procedura per ottenere la fornitura dal Servizio Sanitario Nazionale;
- effettuare le visite di controllo, le cosiddette visite di follow-up. In genere la prima viene pianificata dopo una settimana dalla dimissione, per poi dilazionarle nel tempo

- fino a che sarai diventato completamente autonomo nella gestione della stomia;
- indicazioni sull'alimentazione da seguire, grazie al supporto di una nutrizionista che opera all'interno della struttura;
- se sei colostomizzato, insegnamento della tecnica riabilitativa dell'irrigazione, che ti consente di ripristinare temporaneamente la continenza.
- istruzione allo stomacare: l'insieme delle procedure per effettuare l'igiene della stomia e sostituire il sistema di raccolta;
- prevenzione e gestione delle complicanze.

Consigli utili nella gestione della stomia

Ci sono alcune regole chiave nella gestione della stomia; è importante imparare a seguirle per tornare a riprende la vita quotidiana. È bene che tu sappia che per qualsiasi esigenza puoi contare sul supporto del tuo operatore sanitario di fiducia, che saprà quidarti affinché tu possa diventare autonomo nella gestione della stomia.

- Scegli la sacca più adatta alle tue esigenze. All'inizio, trovare la soluzione più adatta può essere complicato, soprattutto nelle prime 6 settimane dopo l'intervento. quando la stomia può variare forma e dimensioni. Non allarmarti, pertanto, se il sistema di raccolta che hai adoperato subito dopo la dimissione potrebbe non andare più bene dopo qualche tempo: rivolgiti al tuo stomaterapista per qualsiasi ulteriore informazione.
- Proteggi la cute peristomale. La cute intorno alla stomia deve presentarsi sempre rosea e integra, come qualsiasi altra parte del corpo. Eventuali arrossamenti e/o piccole eruzioni cutanee possono essere indice della comparsa di complicanze. Adopera sempre il film protettivo: questo prodotto crea una barriera dal contatto con gli effluenti, aiutandoti a mantenere integra la cute. Disponibile in spray o salviette, la scelta di un formato rispetto ad un altro dipende esclusivamente dalle tue preferenze. Il film protettivo va applicato sulla cute dopo aver effettuato l'igiene della stomia.
- Effettua con cura lo stomacare. La pelle va lavata con un sapone neutro

(evita i detergenti in crema o quelli oleosi che possono lasciare residui sulla cute) e asciugata con pannocarta, semplicemente tamponandola. Evita di "stressarla" strofinandola. Per eliminare eventuali residui di adesivo o eliminare la sacca in maniera atraumatica puoi adoperare il rimuovi adesivo: nel primo caso è consigliabile adoperare il formato in salviette; nel secondo quello spray.

Questi sono dei consigli pratici, ma quello che voglio dire a tutte le persone stomizzate è, soprattutto, di non trascurarsi: se vi è stata confezionata la stomia è perché c'era un problema ben più serio da risolvere. La stomia non deve essere vissuta come un limite. ma come una seconda opportunità di riprendersi la propria vita. Imparare a conviverci non è semplice, ma sapere di poter contare sul supporto di operatori sanitari qualificati ed esperti nella gestione di questo organo, deve in qualche modo rappresentare un incentivo a rialzarsi dopo l'intervento e tornare a combattere.

CONTATTA LO STOMATERAPISTA DARIO CILLI

Ospedale San Giovanni - Roma

Via San Giovanni in Laterano, 149

Ambulatorio stomizzati - Corpo "Poliambulatorio S. Maria"

III° piano stanza 324 Orari e giorni di apertura: Dal lunedì al venerdì, dalle 8:00 alle 14:00, su appuntamento con prescrizione. Ricetta Rossa: medicazione stomia. Ricetta bianca: codice 96.59 **Telefono**: 06/77055008



accedere a queste misure economiche

Avvocato Innanzi tutto il "bollo"

ari Amici. disporre di un'autovettura (o di un mezzo di locomozione privato, ad esempio una motocarrozzetta) non rappresenta certo un lusso, ma è una condizione che incide con immediatezza sulla qualità della vita di tutti ed a maggior ragione su quella di chi è portatore di disabilità, specie poi se si vive in grandi città carenti di efficienti servizi pubblici di trasporto. Dunque l'auto serve... ma costa, non solo acquistarla, ma anche mantenerla. Vediamo quindi di dare qualche indicazione, a chi è affetto da disabilità, su come contenere i costi correnti.

L'esenzione dal pagamento della tassa di proprietà è consentita a non vedenti, non udenti, percipienti indennità di accompagnamento affetti da handicap grave, e/o amputati o in riconosciuta grave difficoltà di deambulazione. Una condizione, quest'ultima, che viene riconosciuta anche alla persona stomizzata, quando si trova nell'urgenza di dover svuotare la sacca, ma deve allo stesso tempo muoversi con cautela, per evitare che possa staccarsi. Abbiamo visto crescere in questi ultimi cinque anni

Diego Palazzoli.

la sensibilità dei medici delle ASI, ma manca ancora un'espressa previsione nel quadro normativo nazionale ed il consiglio è di presentarsi al medico della ASL muniti di un solido certificato di un medico del SSN, che attesti l'imprevedibile, frequente, riempimento della sacca di raccolta, con conseguente grave difficoltà deambulatoria, per via dell'elevato rischio di distacco. A maggior ragione l'esenzione è concessa a chi, versando in gravi difficoltà motorie, debba ricorrere all'adattamento personalizzato dell'autovettura. Non occorre che il veicolo sia intestato al disabile, ben potendo esserlo al nome del familiare di cui il primo figuri a carico fiscalmente, vale a dire quando il disabile abbia un reddito annuo non superiore ad €.2.840,51, ovvero di €.4.000,00, quando si tratti di un figlio di età inferiore a 24 anni.

Lo stesso criterio di esenzione (con esclusione però di non vedenti e non udenti) vale per l'imposta di trascrizione al PRA (Pubblico Registro Automobilistico) sui passaggi di proprietà.

Le suindicate categorie possono avvalersi

Detraibilità IRPEF

della detraibilità del 19% del costo di un unico veicolo, per il relativo acquisto fatto nel corso di un quadriennio, con una spesa massima di €.18.075,99 e purché utilizzato, se non in via esclusiva, però a prevalente beneficio del disabile. Il beneficio si estende alle riparazioni di manutenzione non ordinaria (quindi sono esclusi materiali e prodotti di consumo). Attenzione

alla vendita del veicolo entro

risparmiato, a meno che si

due anni dall'acquisto, perché in

tal caso si dovrà versare quanto

tratti di un altro mezzo dovuto acquistare per le mutate esigenze del portatore di handicap.

In caso di rottamazione o nella malaugurata ipotesi di furto dell'auto, nel quadriennio dall'acquisto, potrà nuovamente beneficiarsi della detrazione del 19%, sempre nel limite di €.18.075,51, detraendo l'eventuale ristoro percepito dall'assicurazione.

L'IVA

Sempre per le medesime categorie è possibile corrispondere l'IVA al 4% per l'acquisto di un'autovettura, nuova od usata, con il limite di cilindrata di 2.000 cc, se a benzina, ovvero 2.800 se a gasolio. Anche qui lo "sconto" è fruibile una sola volta nel quadriennio, fermo l'obbligo di restituirlo ove si rivenda l'auto entro due anni dall'acquisto.

In pratica, se si cede il veicolo nel biennio dall'acquisto, salve le ipotesi di rottamazione o furto o necessità di adattamento, il beneficio va restituito; ove invece si sia superato il biennio, il beneficio non va restituito, ma deve attendersi il compimento del quarto anno per fruire delle agevolazioni per un nuovo acquisto.

Un caro saluto a tutti.

Avv. Diego Palazzoli

PRENOTA LA TUA CONSULENZA TELEFONICA GRATUITA

L'Avvocato Diego Palazzoli risponde alle tue domande ogni 15 giorni: per prenotare la consulenza, telefona al numero verde gratuito 800.930.930 o manda un'e-mail a convatel.italia@convatec.com



Marina Eramo, Psicologa e consulente ConvaTel®, illustra quali meccanismi attivare per difendersi dall'ansia

Marina Eramo,
Psicologa e consulente
ConvaTel®

tutti prima o poi è capitato di chiedersi come fanno altre persone a vivere situazioni che a noi sembrano inaccettabili, si tratta nella maggior parte dei casi di situazioni che ci spaventano perché non le conosciamo. Nel caso specifico della stomia sono molti i fattori che contribuiscono a minare equilibrio dell'integrità psicofisica: alcuni di questi aspetti riquardano la sfera personale, intesa come la consapevolezza e l'accettazione della stomia, il cambiamento dell'immagine corporea, e la gestione dell'ansia; altri fattori sono legati maggiormente all'aspetto sociale, in riferimento al cambiamento che avviene all'interno della famiglia, dell'ambiente di lavoro e più in generale nella società. Spesso

il malessere non dipende solamente dal problema oggettivo, ma è legato a dinamiche e pensieri irrazionali e inconsci che prendono il sopravvento e offuscano la nostra capacità di essere razionali.

La paura del cambiamento

Meno la situazione è chiara e definita più dilagano i pensieri irrazionali, ecco perché il cambiamento e le situazioni nuove generano ansia e rifiuto. Gli esseri umani tendono a vivere in maniera difensiva immaginando il futuro come un presente cristallizzato. Lo facciamo soprattutto nei momenti di difficoltà, quando le cose non vanno benissimo mettiamo in atto inconsapevolmente dei meccanismi di difesa per proteggerci da qualcosa che

potrebbe destabilizzarci. I meccanismi di difesa vengono definiti infatti come meccanismi psicologici, consci e inconsci, messi in atto dall'individuo per proteggersi da situazioni ambientali

o relazionali dolorose o potenzialmente pericolosi. La malattia è un evento stressante a cui l'individuo reagisce utilizzando uno Un ambiente o più meccanismi di accogliente e il difesa, spesso negando giusto sostegno sono o rimuovendo la realtà fondamentali per al fine di tollerare la riconquistare situazione, è il caso la sicurezza della negazione. Per fare un esempio pratico possiamo ricordare che una delle principali preoccupazioni è quella relativa alla vergogna e alla paura che gli altri possano accorgersi della sacca, problematica strettamente connessa con il proprio senso di identità. Si mette in discussione il concetto che ognuno ha di sé perché ci si trova a quardarsi con gli occhi degli altri. Accettando e riconoscendo la discrepanza tra come ci vediamo noi e come ci percepiscono riusciremo ad accrescere la nostra consapevolezza, al contrario negandola si svilupperà una sorta di corazza difensiva che ci porterà ad isolarci e a ridurre le occasioni di socializzazione.

Altre strategie di difesa

È molto comune soprattutto nei primi periodi dopo l'intervento che emerga con forza un altro meccanismo di difesa che è quello della regressione, nasce dal fatto di dover dipendere dagli altri per l'accudimento, l'igiene, la gestione della stomia. Spesso il marito o la moglie si prendono completamente carico della gestione dello stoma care (l'insieme delle procedure per sostituire la sacca di raccolta ed effettuare l'igiene della

stomia), cosa sicuramente positiva al fine di creare un ambiente

e di rassicurazione, ma è importante che questa fase regressiva sia finalizzata all'accettazione del nuovo sé e al recupero dell'autonomia. Nel caso in cui questo periodo di accudimento si protrae a lungo non è raro che si sviluppi un senso di frustrazione, di rabbia

di accoalienza, di sosteano

e di persecuzione proprio nei confronti di chi si prende cura di lui. In ogni caso è fondamentale far fronte alle difficoltà con le giuste informazioni e con un corretto stoma care, per questo è basilare il rapporto con gli operatori sanitari, saranno proprio loro a supportarti qualora tu incontrassi difficoltà nella gestione della stomia e ti aiuteranno a riconquistare l'autonomia.

CONTATTA LA DOTTORESSA MARINA ERAMO

Per prenotare la consulenza telefonica gratuita della nostra Psicologa, contatta il numero verde gratuito 800.930.930, dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00 o all'indirizzo e-mail convatel.italia@convatec.com.



Scopri tutti i prodotti e i servizi a te dedicati: per saperne di più, contattaci al numero verde **800.930.930**, dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00 o all'indirizzo e-mail <u>convatel.italia@convatec.com</u>

Che cos'è

Me+™ è il Programma di ConvaTec che mette a tua disposizione gratuitamente prodotti e servizi utili per supportarti nella strada verso la riabilitazione. Ideato con il supporto degli operatori sanitari che si prendono cura di te e grazie all'attento ascolto delle persone che vivono la tua stessa esperienza.

Quali sono i servizi

A seconda delle tue esigenze e preferenze, potrai richiedere i seguenti servizi

- → Me+™ supporto, una sorta
 di "pronto intervento" alla
 dimissione, con l'invio di
 campioni gratuiti e materiale
 informativo. Puoi richiedere
 l'invio di prodotti anche in caso di
 necessità o qualora desiderassi provare le
 ultime novità
- → Me+™ consulenza. Hai dei dubbi sulle pratiche da espletare per vederti



riconoscere un diritto? Contatta il nostro **Avvocato Diego Palazzoli**: a tua disposizione gratuitamente, ogni 15 giorni, su prenotazione. Desideri un supporto emotivo? Rivolgiti alla Dottoressa **Marina Eramo, Psicologa** e consulente me+™. Desideri parlare con un infermiere esperto nella gestione della stomia? Contattaci e prenota la consulenza telefonica gratuita dello **stomaterapista**.

Me+™ risposte, un insieme di servizi per trovare sempre le informazioni di cui hai bisogno



- » i recapiti dell'ambulatorio di stomaterapia più vicino alla tua abitazione;
- » <u>il sito me+ ™</u>, con approfondimenti e aggiornamenti sulla gestione della stomia;
- » ConTatto[®], la rivista quadrimestrale con gli articoli degli operatori sanitari e le storie delle persone che vivono la tua esperienza;
- » il sito <u>www.convatec.it</u>, con il servizio di chat per trovare le risposte

alle tue domande senza bisogno di telefonare.

- → Me+™ persone, per entrare in contatto con chi vive la tua esperienza. Potrai chiederci il recapito delle Associazioni dei pazienti, oppure raccontare la tua storia per partecipare al Programma Internazionale Great Comebacks™ che celebra le storie più rappresentative di ritorno alla vita dopo l'intervento di stomia per aiutare, chi ancora non l'avesse fatto, a riprendere il timone della propria vita.
- → Me+™ recovery, il Programma certificato dall'ordine degli infermieri in Inghilterra che dimostra come praticare una

regolare attività fisica sia fondamentale nella strada verso la riabilitazione. Ideato dall'atleta stomizzata **Sarah Russell**, il Programma si divide in 3 fasi, in ognuna delle quali sono spiegati gli esercizi da praticare. Per passare da una fase all'altra è necessario aver appreso gli esercizi della fase precedente e saperli praticare senza avvertire dolore.

Perché e come iscriversi

Me+™ è gratuito e ti offre informazioni e aggiornamenti periodici tramite e-mail. Per iscriverti ti basterà compilare il seguente modulo online. Per saperne di più, contattaci al numero verde 800.930.930 o all'indirizzo e-mail convatel.italia@convatec.com.

"Me + recovery" ad Agrigento, corpo e mente oltre la stomia!

Calogero Volpe, stomaterapista dell'Azienda Ospedaliera San Giovanni di Dio di Agrigento, racconta la sua esperienza con il programma sull'attività fisica di ConvaTec

L'importanza dell'attività fisica per il corpo e per la mente nel paziente stomizzato: è stato questo il fulcro dell'evento organizzato da ConvaTec ed AISTOM Sicilia, ospitato nella Biblioteca Comunale "Salvo La Rocca" di Agrigento. Un evento nel quale ho insegnato ai miei pazienti gli esercizi di me+ recovery, il programma certificato di ConvaTec mette in evidenza come praticare una corretta e costante attività fisica, sin dal postoperatorio, influisca in maniera positiva, sia sui tempi riabilitativi di recupero del paziente che subisce l'intervento di confezionamento di una stomia, sia nel prevenire l'insorgenza di complicanze quali l'ernia peristomale. Un dato importante: un paziente nel postoperatorio rischia di sviluppare questo

tipo di complicanza nel 60% dei casi; con una corretta e costante attività fisica sin da subito dopo l'intervento riduce il rischio fino al 40%. Il confezionamento di una stomia non preclude alla persona né la possibilità di dedicarsi alle normali attività quotidiane, né tantomeno una sana attività fisica. anzi: sono molte le persone stomizzate che praticano sport a livello agonistico con risultati anche eccellenti. Non a caso è stata un'atleta ad ideare il programma "Me+ recovery": Sarah Russell, stomizzata, ha ideato, sviluppato e lanciato in tutto il mondo, grazie all'aiuto di ConvaTec, questo programma certificato dall'Ordine degli Infermieri in Inghilterra. Il programma indica gli esercizi da effettuare già da subito

dopo l'intervento, gradualmente, per poi passare a quelli più impegnativi. Nel corso dell'evento ho spiegato gli esercizi di base (quelli della cosiddetta "fase verde", cui poi seguono quelli della "fase blu" e della "fase viola"). L'importante, quando ci si appresta ad effettuarli, è imparare ad "ascoltare" il proprio corpo: se un esercizio fosse troppo complicato da fare o avvertissi dolore nell'eseguirlo, smetti di praticarlo e chiedi consiglio al tuo operatore sanitario di fiducia.

Condividere insieme

Guidare i pazienti alla conoscenza degli esercizi riabilitativi basici, ha dimostrato come sia facile eseguire tali esercizi, gradualmente e senza fretta, e come lo svolgimento di essi abbia un reale beneficio sul corpo e sulla mente.

La nostra mente, la psiche è una delle prime a subire gli effetti che produce un intervento con la creazione di una stomia. Il risveglio, la visione della modificazione del proprio corpo, l'insicurezza generata e l'accettazione della nuova condizione e del nuovo aspetto fisico, passaggi importanti nell'esistenza di una persona che influenzano anche la visione dell'altro verso di sé. "Il modo in cui vedi te stesso influenza il modo in cui ti vedono ali altri. Dopo l'intervento prendetevi il tempo di cui avete bisogno per accettare i cambiamenti del vostro corpo. imparate a riconoscere le vostre emozioni e condividete i vostri sentimenti. Col passare del tempo scoprirete di sentirvi più a vostro agio" così Maria Grazia Donia psicoterapeuta del

nosocomio agrigentino, relatrice durante l'evento, ha spiegato come "vivere" con una stomia non voglia significare "non vivere". La psicoterapeuta ha guidato gli intervenuti chiarendo come sia possibile avere una vita sociale "normale" nonostante la presenza di una stomia. Alcuni semplici e basilari consigli sul come affrontare la nuova condizione e su come superare tali difficoltà anche grazie all'aiuto di gruppi di pazienti che collaborino insieme sotto la supervisione di una quida esperta. Il corpo umano è una macchina che ha bisogno di esercizio fisico e di una mente sana che ne possa dirigere il percorso, ma per poter eseguire nel miglior dei modi tutto ciò ha bisogno del suo carburante, il cibo. Ecco che, a maggior ragione in presenza di una stomia, bisogna nutrirsi e farlo bene e nella maniera corretta anche valutando le varie necessità, patologie, attività di ogni paziente. Così la dietista Ilari Bonfante ha illustrato che pur vivendo con una stomia non bisogna comunque rinunciare ai piaceri della buona tavola, anzi una sana e buona alimentazione fa sì che la qualità di vita del paziente migliori.

A tutte le persone stomizzate vorrei dire che vivere con una stomia si può: non vuol dire rinunciare alla propria vita o alle proprie attività: sono vietati gli alibi e le lamentele. Bisogna andare avanti senza creare nuovi problemi!

CONTATTA LO STOMATERAPISTA CALOGERO VOLPE

Ospedale San Giovanni di Dio

Contrada consolida

Ambulatorio - Su appuntamento

Orari e giorni di apertura: dal lunedì al venerdì

dalle 9:00 alle 13:00 **Cellulare:** 338/2877917



ATTENZIONE: posticipata la scadenza per partecipare a Great Comebacks™!



- Great Comebacks™ è il Programma Internazionale di ConvaTec che celebra le storie più rappresentative di ritorno alla vita dopo l'intervento di stomia
- Condividere la propria testimonianza può essere d'aiuto a chi ancora non avesse ripreso il timone della propria vita
- La XVIII edizione sta riscuotendo un grandissimo successo, per questo motivo, la scadenza per l'invio delle storie è stata posticipata

Partacina alla VVIII adiciones

Partecipa alla XVIII edizione: hai tempo fino al 30 aprile 2020

Aiutaci a diffondere il messaggio di Great Comebacks™: raccontaci perché hai dovuto affrontare l'intervento ma, soprattutto, quali hobby, passioni e attività hanno segnato il tuo "grande ritorno" alla vita e quali persone ti sono state vicino.

Puoi inviacela:

- per e-mail, all'indirizzo convatel.italia@convatec.com;
- compilando il modulo online;
- per fax, al numero verde
 800.930.950, dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00;
- per posta a: "Concorso Great Comebacks™", ConvaTec Italia srl Via della Sierra Nevada, 60 00144 Roma.

QUALORA SCRIVERE NON FOSSE IL TUO FORTE, MA VOLESSI PARTECIPARE UGUALMENTE AL PROGRAMMA, O PER AVERE MAGGIORI INFORMAZIONI IN MERITO, CONTATTACI AL NUMERO VERDE GRATUITO 800.930.930, DAL LUNEDI AL VENERDI, DALLE 9:00 ALLE 17:00



Si scrive Esteem™+, si legge monopezzo

NOVITA

ESTEEM™ → Soft Convex

Sacche a fondo chiuso e a fondo aperto, dalla barriera cutanea flessibile e convessità soft, per offrirti elevato comfort



ESTEEM[™]+
Soft Convex
fondo chiuso

ESTEEM™+ Soft Convex fondo aperto



ESTEEM™+
Flex Convex
fondo chiuso

ESTEEM™+ Flex Convex fondo aperto ESTEEM™+ Flex Convex per urostomia

ESTEEM Flex Convex

Sistema monopezzo convesso che ti offre insieme comfort e discrezione di un prodotto flessibile

ESTEEM™

Sacche a fondo chiuso nelle versioni ritagliabile e modellabile; sacche a fondo aperto nelle versioni convessa, ritagliabile e modellabile, per offrirti il comfort e la discrezione di cui hai bisogno



ESTEEM™+ fondo chiuso ritagliabile e pretagliato con finestra ispezionabile



ESTEEM[™]+ fondo aperto ritagliabile



ESTEEM™+ convesso pretagliato



ESTEEM™+ fondo aperto modellabile

Per richiedere campioni gratuiti, contatta il numero verde gratuito **800.930.930*** dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00 o manda un'e-mail all'indirizzo **convatel.italia@convatec.com**

Per maggiori informazioni visita il sito www.convatec.it

*Numero verde destinato ad assistenza tecnica © 2019 ConvaTec Inc. ™ indica un marchio di fabbrica di ConvaTec

